

**HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DENGAN
PENYESUAIAN DIRI SISWA**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Strata Satu (S1)*

**Dosen Pembimbing:
Dr. Afdal, M. Pd., Kons.
Dr. Yeni Karneli, M.Pd. Kons**



OLEH:

VEGI VIRGORA HARDI
1100537/2011

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

PERSETUJUAN SKRIPSI

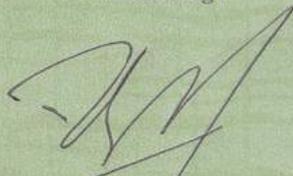
**HUBUNGAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DENGAN PENYESUAIAN
DIRI SISWA**

Nama : Vegi Virgora Hardi
NIM/BP : 1100537/2011
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Januari 2016

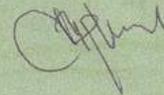
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Dr. Afdal, M.Pd., Kons
NIP.19850505 200812 1 002

Pembimbing II



Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons
NIP. 19620410 198602 2 001

PENGESAHAN

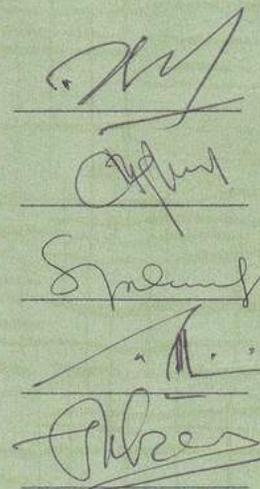
*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang*

Judul Skripsi : Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan
Penyesuaian Diri Siswa
Nama : Vegi Virgora Hardi
NIM/BP : 1100537/2011
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 19 Januari 2016

Tim Penguji:

Ketua : Dr. Afdal, M.Pd., Kons
Sekretaris : Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons
Anggota : Dr. Syahniar, M.Pd., Kons
Anggota : Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons
Anggota : Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons



SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Desember 2015
Yang Menyatakan,



VEGI VIRGORA HARDI
NIM/BP: 1100537/2011

ABSTRACT

Title : **The Correlation of Learner's Interpersonal Communication with Self Adjustment**
Researcher : **Vegi Virgora Hardi**
Advisors : **1. Dr. Afdal, M.Pd., Kons**
2. Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons

School is also one of the environment factors influences in achieving the learners to develop their personality optimally. However, in progressing of the learner development, they could not release from complications, that is a self adjustment relates with the interpersonal communication. Based on the observation in learners self adjustment of attitude, interaction and communication of co learner and the teacher, we can see some of them still fill up the aspects of well adjustment. Some of them still low in emotional life, especially in anger controlling.

The purpose of this research was to describe about interpersonal communication, learners self adjustment and the correlation of learners interpersonal communication with self adjustment at SMPN 34 Padang, period 2015/2016. For interpersonal communication variable, consider 6 aspects. They are openness, empathy, supportiveness, positiveness, and equality. For self adjustment variable consider 2 aspects, they are personal adjustment and social adjustment.

The population of this research was the students of SMPN 34 Padang with the total number of sample member were 91 students chosen by using Proportional Stratified Random Sampling technique. The instrument as used in this research was the close questionnaire of Likert model with the total number of items were 45 and the data were analysis by simple statistic descriptive.

The result of this research showed that: 1) the interpersonal communication of the learners was good in general, 2) the self adjustment of the learners was very good in general and 3) there was positive and significant correlation of learner's interpersonal communication with self adjustment.

Referring to the result of this research, the writer gave suggestion to the Guidance and Counseling teacher that the teacher can help the learners with guidance and counseling services, the other things are group guidance service and group counseling service and prevent maladjustment. The Guidance and Counseling teacher can take up the learners to communicate with each others, and help the problems of the group with group dynamic.

Key Word: Interpersonal Communication, Learner's Self Adjustment

ABSTRAK

Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Siswa Oleh: Vegi Virgora Hardi, 1100537, BK.

Sekolah sebagai salah satu faktor lingkungan yang mempengaruhi keberhasilan ikut memberikan pengaruh agar pribadi siswa berkembang secara optimal. Namun dalam proses perkembangannya itu siswa tidak lepas dari berbagai permasalahan, salah satu diantaranya adalah masalah penyesuaian diri yang erat kaitannya dengan komunikasi interpersonal. Berdasarkan observasi yang dilakukan terkait penyesuaian diri siswa menyangkut sikap, interaksi dan komunikasi yang terjadi antara siswa dengan siswa maupun siswa dengan guru, terlihat beberapa siswa masih belum memenuhi aspek-aspek penyesuaian diri yang sehat. Beberapa siswa yang kemantapan suasana kehidupan emosionalnya masih berada pada tingkat rendah, khususnya dalam mengontrol emosi marah. Kemampuan dalam menyatakan kejengkelan terhadap lingkungan masih belum terlihat baik. Biasanya siswa menyatakan ketidaksukaannya akan sesuatu hal dengan komunikasi verbal dan non-verbal. Komunikasi verbal seperti mengungkapkan rasa jengkel dengan nada mencela dan memberikan label tertentu yang kurang baik. Sementara untuk komunikasi non-verbal yaitu melalui sentuhan fisik yang bersifat negatif, seperti memukul-mukul meja, menempeleng kepala teman dan lainnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tentang komunikasi interpersonal, penyesuaian diri siswa dan hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa di SMPN 34 Padang Tahun Ajaran 2015/2016. Untuk variabel komunikasi interpersonal, hal yang dikaji meliputi keterbukaan, empati, dukungan, perasaan positif, dan kesamaan. Sedangkan untuk variabel penyesuaian diri dikaji melalui dua aspek yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Populasi penelitian ini adalah siswa SMPN 34 Padang dengan sampel berjumlah 91 siswa yang diambil menggunakan teknik *Proportional Stratified Random Sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu angket tertutup model Likert dengan jumlah item 45 dan data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif sederhana. Temuan hasil penelitian mengungkapkan bahwa: 1) komunikasi interpersonal siswa secara umum berada pada kategori baik, 2) penyesuaian diri siswa secara umum berada pada kategori sangat baik dan 3) terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa. Berdasarkan temuan hasil penelitian disarankan kepada Guru Bimbingan dan Konseling, agar dapat memberikan bantuan pada siswa dengan memanfaatkan layanan Bimbingan dan Konseling diantaranya yaitu layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok dan mencegah terjadinya perilaku *maladjustment*. Guru BK dapat melatih siswa untuk berkomunikasi bersama teman-teman sekelompoknya dan belajar membantu menyelesaikan masalah anggota kelompok melalui dinamika dalam kelompok

Kata Kunci: Komunikasi Interpersonal, Penyesuaian diri Siswa

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
Segala puji bagi Allah Sang pencipta semesta Alam yang selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Shalawat serta salam semoga tetap tersampaikan kepada Baginda Rasulullah Muhammad Saw., keluarga serta para sahabatnya. Berkat izin Allah dan bantuan yang penulis terima dari berbagai pihak, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: **“Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Siswa”**

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa banyak bantuan yang penulis terima dari berbagai pihak dalam penulisan skripsi ini, untuk itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Marjohan M.Pd., Kons. selaku Ketua Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan UNP.
2. Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons. selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan UNP sekaligus dosen penguji yang senantiasa memberi arahan dan masukan demi kesempurnaan penulisan skripsi.
3. Bapak Dr. Afdal M.Pd., Kons. selaku pembimbing I sekaligus Pembimbing Akademik yang dengan sabar membimbing penulis dalam penulisan skripsi.
4. Ibu Dr. Yeni Karneli, M.Pd., Kons. selaku pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktu dan membimbing untuk kesempurnaan penulisan skripsi.
5. Bapak Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons dan Bapak Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons. selaku dosen penguji dan penimbang instrumen (*judge*) yang telah banyak memberikan masukan untuk perbaikan skripsi.
6. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan UNP yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan, sehingga sangat membantu dalam penyelesaian skripsi.
7. Pegawai staf administrasi Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan UNP yang telah banyak membantu dalam administrasi.
8. Kepala Sekolah, Koordinator BK, Guru BK, Karyawan dan siswa SMP N 34 Padang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan

penelitian sehingga memperoleh sejumlah informasi penting dalam penyelesaian skripsi.

9. Teristimewa untuk keluarga tercinta yang menjadi motivasi bagi penulis dalam penyelesaian skripsi.
10. Rekan-rekan sejawat, mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2011 yang telah memberikan dukungan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis berharap semoga penelitian sederhana yang penulis susun ini dapat bermanfaat dan berguna untuk kepentingan kemajuan pendidikan di masa mendatang. Penulis percaya pada tulisan ini tentu masih ada kekurangan dan kekhilafan. Karena itu dengan berpegangan bahwa “tak ada gading yang tak retak” dan “kesempurnaan hanya milik Allah”, maka dengan kerendahan hati segala pandangan dan saran sangat penulis nantikan demi kemajuan bersama. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Padang, Februari 2015

Penulis

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| ABSTRACT | i |
| ABSTRAK | ii |
| KATA PENGANTAR | iii |
| DAFTAR ISI | v |
| DAFTAR TABEL | vii |
| DAFTAR GAMBAR | viii |
| DAFTAR LAMPIRAN | ix |
| BAB I. PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 12 |
| C. Rumusan dan Batasan Masalah | 13 |
| D. Tujuan Penelitian | 13 |
| E. Asumsi | 14 |
| F. Hipotesis | 14 |
| G. Pertanyaan Penelitian..... | 14 |
| H. Manfaat Penelitian..... | 15 |
| BAB II. KAJIAN TEORI | |
| A. Penyesuaian Diri | 17 |
| 1. Pengertian Penyesuaian Diri..... | 17 |
| 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri..... | 19 |
| 3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri..... | 23 |
| B. Komunikasi Interpersonal | 26 |
| 1. Pengertian Komunikasi Interpersonal..... | 26 |
| 2. Ciri-ciri Komunikasi Interpersonal..... | 28 |
| 3. Aspek-Aspek Komunikasi Interpersonal..... | 31 |
| 4. Karakteristik Komunikasi Interpersonal..... | 32 |
| C. Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Siswa..... | 32 |
| D. Kerangka Konseptual..... | 34 |

| | |
|---|----|
| BAB III. METODE PENELITIAN | |
| A. Jenis Penelitian | 36 |
| B. Populasi dan Sampel | 36 |
| C. Definisi Operasional | 41 |
| D. Jenis dan Sumber Data | 42 |
| E. Teknik dan Alat Pengumpul Data | 42 |
| F. Prosedur Pengumpulan Data | 44 |
| G. Teknik Analisis Data | 44 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian | 47 |
| 1. Komunikasi Interpersonal | 47 |
| 2. Penyesuaian Diri Siswa | 52 |
| B. Pengujian Hipotesis | 55 |
| C. Pembahasan Hasil Penelitian | 56 |
| 1. Komunikasi Interpersonal | 56 |
| 2. Penyesuaian Diri Siswa | 57 |
| 3. Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Siswa | 59 |
| D. Keterbatasan Penelitian | 62 |
| BAB V PENUTUP | |
| A. Kesimpulan | 63 |
| B. Saran | 64 |
| KEPUSTAKAAN | 67 |

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|--|----------------|
| 1. Populasi Penelitian | 37 |
| 2. Sampel Penelitian | 41 |
| 3. Penskoran | 44 |
| 4. Kriteria Pengolahan Data Hasil Penelitian Komunikasi Interpersonal. | 45 |
| 5. Kriteria Pengolahan Data Hasil Penelitian Penyesuaian Diri..... | 45 |
| 6. Pedoman Interpretasi Nilai Korelasi Variabel Penelitian..... | 46 |
| 7. Distribusi Frekuensi Komunikasi Interpersonal (X) | 48 |
| 8. Distribusi Frekuensi Penyesuaian Diri Siswa (Y) | 52 |
| 9. Hubungan Variabel X dan Variabel Y | 55 |

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|-----------------------------|----------------|
| 1. Kerangka Konseptual..... | 34 |

DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran | Halaman |
|---|----------------|
| 1. Kisi-Kisi Angket | 70 |
| 2. Angket Penelitian | 72 |
| 3. Surat Izin Penelitian dari Dekan FIP UNP | 78 |
| 4. Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Kota Padang | 79 |
| 5. Tabulasi Komunikasi Interpersonal | 80 |
| a. Indikator Terbuka Kepada Lawan Bicara..... | 90 |
| b. Indikator Kesiediaan Bereaksi Jujur..... | 93 |
| c. Indikator Tanggung Jawab Atas Perasaan dan Pikiran..... | 96 |
| d. Indikator Keterlibatan Aktif Dengan Lawan Bicara..... | 99 |
| e. Indikator Konsentrasi Terpusat..... | 102 |
| f. Indikator Sentuhan atau Belaian Sepantasnya..... | 105 |
| g. Indikator Menunjukkan Sikap Spontan..... | 108 |
| h. Indikator Menyatakan Sikap Positif..... | 111 |
| i. Indikator Memahami Perbedaan Yang Ada..... | 114 |
| 6. Tabulasi Penyesuaian Diri..... | 86 |
| a. Indikator Mampu Mengontrol Diri..... | 117 |
| b. Indikator Mampu Mengarahkan Diri..... | 120 |
| c. Indikator Memiliki Hubungan Interpersonal Yang Baik..... | 123 |
| d. Indikator Memiliki Rasa Simpati Terhadap Orang Lain..... | 125 |
| e. Indikator Mampu Menghargai Orang Lain..... | 128 |
| f. Indikator Ikut Berpartisipasi Dalam Kelompok..... | 131 |
| g. Indikator Mampu Bersosialisasi Sesuai Norma..... | 134 |
| 7. Korelasi Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri..... | 137 |

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan proses yang telah dilaksanakan semenjak manusia lahir ke dunia. Dalam kehidupan suatu bangsa, pendidikan mempunyai peranan yang amat penting untuk menjamin perkembangan dan kelangsungan kehidupan bangsa yang bersangkutan. Hal ini berlandaskan pada UU No. 20 Tahun 2003, BAB I Pasal 1 tentang sistem pendidikan nasional bahwa:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi diri untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak dan budi mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Berdasarkan ketentuan yang telah ditetapkan oleh Undang-Undang di atas, maka dapat dilihat bahwa pengembangan peserta didik tidak terbatas hanya pada bidang akademik dan kognitif saja, namun mencakup secara keseluruhan, diantaranya aspek pengembangan pribadi, sosial, kematangan intelektual, sistem nilai dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab.

Kartika Sari Dewi, dkk (2014) mengungkapkan “Pendidikan di sekolah dilaksanakan sebagai upaya untuk memberikan perubahan-perubahan positif terhadap tingkah laku dan sikap diri siswa yang sedang berkembang menuju kedewasaannya dimana proses ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pembawaan, kematangan dan lingkungan”. Sekolah

sebagai salah satu faktor lingkungan yang mempengaruhinya ikut memberikan pengaruh dalam membimbing siswa agar pribadinya berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Namun dalam proses perkembangannya itu siswa tidak dapat lepas dari berbagai permasalahan, salah satunya adalah masalah penyesuaian diri.

Peserta didik merupakan *asset* bagi negara. Keberlangsungan negara dimasa depan ditentukan oleh sumber daya manusianya yang berkualitas dan memiliki daya saing. Sekolah sebagai salah satu lembaga pendidikan membutuhkan pelayanan bimbingan dan konseling dalam penyelenggaraan dan peningkatan kondisi kehidupan di sekolah. Menurut Prayitno (1997), komponen ini berperan dalam memberi bimbingan, arah atau bantuan kepada peserta didik untuk mengenal dan menerima lingkungan secara positif dan dinamis serta mampu mengambil keputusan, mengendalikan diri secara baik, mengarahkan dan mewujudkan dirinya secara efektif dan dinamis dan produktif sesuai dengan peranan yang diinginkan dimasa depan.

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu bantuan yang diberikan kepada individu sebagai upaya untuk membantu individu dalam mengatasi permasalahan yang timbul di dalam hidupnya agar pertumbuhan serta perkembangan fisik dan psikis individu dapat berjalan secara maksimal dan optimal. Menurut Abin Syamsudin (1996:188) bimbingan itu sendiri adalah proses pemberian bantuan yang diberikan kepada seseorang agar yang bersangkutan dapat mencapai taraf perkembangan

dan kebahagiaan secara optimal, dengan melalui proses pengenalan, pemahaman, penerimaan, pengarahan, perwujudan, serta penyesuaian dirinya sendiri maupun terhadap lingkungannya.

Peserta didik dengan segala karakter yang menonjol pada dirinya sering mengalami permasalahan dalam mencapai tugas perkembangannya. Menurut Desmita (2011:36) dilihat dari tahapan perkembangan yang disetujui oleh banyak ahli, anak usia sekolah menengah (SMP) berada pada tahap perkembangan pubertas (10-14 tahun). Terdapat sejumlah karakteristik yang menonjol pada anak usia SMP ini antara lain, reaksi dan ekspresi emosi masih labil dan mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap perilaku diri sendiri yang sesuai dengan dunia sosial.

Perkembangan remaja terjadi dalam konteks sosial yang meliputi keluarga, kelompok teman sebaya dan masyarakat tempat siswa itu hidup. Menurut Kartika Sari Dewi, dkk (2014), “Dalam proses perkembangannya remaja akan selalu bersinggungan dengan situasi-situasi sosial yang tentu saja mengharuskan remaja untuk melakukan penyesuaian diri”. Dengan melakukan penyesuaian diri, remaja dapat mengenal, memahami dan menerima dirinya sendiri serta lingkungannya. Proses pemenuhan kebutuhan ini pada hakikatnya merupakan proses penyesuaian diri. Dalam hal ini Mustafa Fahmi (dalam Desmita, 2011:191) mengungkapkan:

Pengertian luas tentang proses penyesuaian terbentuk sesuai dengan hubungan individu dengan lingkungan sosialnya, yang dituntut dari individu tidak hanya mengubah kelakuannya dalam menghadapi kebutuhan-kebutuhan dirinya dari dalam dan keadaan di luar, dalam lingkungan dimana ia hidup, akan tetapi juga dituntut untuk menyesuaikan diri dengan adanya orang lain dan

macam-macam kegiatan mereka... Jika mereka ingin penyesuaian, maka hal itu menuntut adanya penyesuaian antara keinginan masing-masingnya dengan suasana lingkungan sosial tempat mereka bekerja.

Penyesuaian dapat didefinisikan sebagai interaksi individu yang kontinyu dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan dengan dunianya (Calhoun dan Acocella, 1995:14). Ketiga faktor ini secara konstan mempengaruhi seseorang dan hubungan tersebut bersifat timbal balik, mengingat kita secara konstan juga mempengaruhi mereka. Menurut *The Dictionary of Behavioral Science* (Wolman, 1973) definisi penyesuaian diri adalah:

Adjustment 1. A harmonious relationship with the environment involving the ability to satisfy most of one's needs and meet most of the demands, both physical and social, that are put upon one. 2. The variations and changes in behavior that are necessary to satisfy needs and meet demands so that one can establish a harmonious relationship with the environment.

Penekanan dalam definisi penyesuaian diri di atas adalah harmoni (selaras). Bruno (1983:24) juga mengungkapkan “*The emphasis in the definition of adjustment is on harmony. In practical terms, this means that you are adjusting if you eat when you are hungry, drink when you are thirsty, run when you are afraid, try to find shelter in a storm, seek relief from sexual tension, and avoid a disagreeable person*”. Untuk kesimpulannya Bruno juga menekankan “*In all of these instances, you are coping with life in general; you are trying to survive*”.

Sifat dinamik dari perilaku individu memungkinkannya mampu memperoleh penyesuaian diri yang baik. Penyesuaian diri itu sendiri

bersifat dinamik dan bukan statik. Bahkan menurut Hollander (dalam Desmita, 2011:191) "...sifat dinamis (*dynamism*) ini menjadi kualitas esensial dari penyesuaian diri". Jadi, penyesuaian diri pada prinsipnya adalah suatu proses yang mencakup respons mental dan tingkah laku, dengan mana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal.

Pada hakikatnya, manusia membutuhkan keharmonisan dalam menjalani kehidupannya. Fase perkembangan manusia yang rentan mengalami berbagai konflik disharmoni dialami oleh remaja. Siswa Sekolah Menengah pertama (SMP) masih termasuk dalam fase awal remaja (pubertas) memiliki kemampuan berbeda-beda dalam menyesuaikan diri yang dalam prosesnya ada penyesuaian diri yang menyimpang (*maladjustment*) dan ada penyesuaian diri yang baik (*well-adjustment*) (Eka Paksi Diyah Prasetyaningsih, 2010). Pada fase remaja awal banyak terjadi perubahan biologis yang mengakibatkan pertumbuhan yang pesat. Masa remaja awal adalah salah satu periode perkembangan manusia yang banyak menjadi sorotan oleh para ahli. Usia remaja sering menunjukkan gejala-gejala yang unik, karenanya perlu dipahami pengertian remaja. Sunarto dan Agung Hartono (1999:52) menjelaskan bahwa:

Fase remaja dilihat dari segi: (1) Siswa SMP ditinjau dari pertumbuhan, pertumbuhan yang dilihat dari sudut fisik remaja sebagai suatu tahap pematangan fisik untuk awal wanita mengalami haid dan pertama dan laki-laki mengalami mimpi basah; (2) Remaja menurut WHO, menunjukkan tanda-tanda kelamin sekunder, mengalami perkembangan psikologis dan pola identitas, peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi untuk menuju keadaan mandiri; (3) Siswa SMP dilihat dari fase psikologi, remaja adalah suatu masa yang berkembang yang ditandai ada proses kondisi entropy ke kondisi eentropy; (4) Siswa SMP menurut masyarakat Indonesia, usia remaja dilihat dari usia 11 tahun sampai 24 tahun dan belum menikah.

Menurut Schneider (dalam Desmita, 2011:194), “Individu yang *well adjusted* adalah mereka yang dengan keterbatasannya, kemampuan yang dimilikinya dengan corak kepribadiannya, telah belajar untuk bereaksi terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya dengan cara yang dewasa, bermanfaat, efisien dan memuaskan”.

Siswa dalam perkembangannya mempunyai kebutuhan yang kuat untuk berkomunikasi dan keinginan untuk mempunyai banyak teman, namun kadang-kadang untuk membangun hubungan antar teman itu sendiri tidak mudah. Seseorang harus memiliki penerimaan diri yang baik agar tercipta suatu hubungan yang baik dan sehat.

Pada hakikatnya manusia adalah makhluk sosial. Hal tersebut bermakna bahwa sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat hidup sendiri dan selalu menjalin relasi atau hubungan dengan orang lain. Hal ini dapat dijelaskan dalam sebuah studi yang dilakukan Larson, J.H Csikszantmihalyi & Graef (1992) yang menemukan bahwa 70% dari 179 remaja dan orang dewasa melakukan aktivitas bersama orang lain

setidaknya dua kali dalam sehari. Hal ini menunjukkan bahwa suatu relasi atau hubungan dengan orang lain merupakan aspek yang signifikan dan sangat penting bagi kehidupan kita. Ketika ditanyakan pada seseorang tentang apa yang membuat hidup mereka berarti, apa yang berkontribusi pada kebahagiaan mereka, dan apa yang mereka junjung tinggi, maka pada umumnya mereka menjawab tentang sebuah hubungan dekat. Hubungan dekat merupakan kunci dari kesejahteraan kita, termasuk kebahagiaan, kesehatan mental, kesehatan fisik dan bahkan umur yang panjang (Berkman dan Myers, dalam Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati, 2012:1).

Setiap orang memiliki kebutuhan untuk terikat yang bertahan sepanjang waktu dan umum dilakukan, misalnya berkenalan, kemudian berteman dan menjalin suatu komunikasi yang intensif. Hasil studi menunjukkan bahwa kita tertarik atau bersemangat untuk membuat ikatan baru, namun tidak suka untuk merusaknya. Dengan menjalin hubungan dan komunikasi dengan orang lain, kita mencoba untuk mengenali dan memahami kebutuhan satu sama lain, membentuk interaksi, dan berusaha mempertahankannya.

Manusia telah berkomunikasi selama ribuan tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Tubbs, S.L & Moss (2001) mengungkapkan bahwa, sebanyak 75% waktu jaga manusia digunakan untuk berkomunikasi. Meskipun demikian, ketika manusia dilahirkan, seyogyanya tak serta-merta dibekali dengan kemampuan untuk berkomunikasi secara efektif,

yaitu komunikasi yang mengandung makna sama antara si penerima pesan dengan si pengirim pesan. Theodornoson and Theodornoson (dalam Burhan Bungin, 2007: 30) memberi batasan lingkup komunikasi berupa penyebaran informasi, ide-ide, sikap-sikap, atau emosi dari seseorang atau kelompok kepada yang lain terutama melalui simbol-simbol.

Komunikasi bukanlah semata sebagai sebuah ilmu pengetahuan, melainkan juga sebuah seni dalam bergaul. Manusia tidak saja harus memahami proses berkomunikasi melainkan juga mampu menerapkannya secara kreatif dalam pergaulannya sehari-hari, sehingga makna dalam pesan komunikasi dapat dimiliki secara bersama diantara individu yang berkomunikasi. Sejalan dengan pendapat di atas, Gamble, Teri Kwal & Michael (1984:4) menyatakan:

Communication is a very significant part of your life. However, simply communicating frequently or having many, many person-to-person contacts each day does not mean that you are as effective a communicator as you can be. Although we frequently neglect to consider the problems that plague our communicative relationship, these issues are at the heart of contemporary literature and art.

Sejalan dengan pendapat di atas, Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati (2012:37) juga mengungkapkan “Keterampilan dalam berkomunikasi bukanlah merupakan bawaan melainkan harus dipelajari agar manusia dapat menjalin hubungannya dengan orang lain secara berkualitas”. Manusia sering tidak menyadari bahwa dirinya turut andil dalam menciptakan kegagalan komunikasi, yaitu terkait perannya sebagai pengirim ataupun penerima pesan. Butuh kepekaan dan

keterampilan untuk dapat berkomunikasi secara efektif. DeVito (2003) menjelaskan "...dengan mempelajari proses komunikasi dan adanya kesadaran akan apa yang dirinya dan orang lain lakukan ketika sedang berkomunikasi, maka diharapkan dapat meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal, yaitu komunikasi antara dua individu".

Komunikasi interpersonal mempunyai dampak yang cukup besar bagi kehidupan siswa. Penelitian yang dilakukan Vance Packard (1974) mengungkapkan "Bila seseorang mengalami kegagalan dalam melakukan komunikasi interpersonal dengan orang lain, ia akan menjadi agresif, senang berkhayal, 'dingin', sakit fisik dan mental dan mengalami '*flight syndrome*' atau ingin melarikan diri dari lingkungannya".

Siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan komunikasi interpersonal menurut Tedjasaputra (2005) akan sulit menyesuaikan diri, seringkali marah, cenderung memaksakan kehendak, egois dan mau menang sendiri sehingga mudah terlibat dalam perselisihan. Keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa ini menjadi sangat penting karena dalam bergaul dengan teman sebayanya siswa seringkali dihadapkan dengan hal-hal yang membuatnya harus mampu menyatakan pendapat pribadinya tanpa disertai emosi, marah atau sikap kasar, bahkan siswa harus bisa menetralkan keadaan apabila terjadi konflik.

Kesulitan siswa dalam menyesuaikan diri sering dijumpai di sekolah yang ditampilkan dalam bentuk perilaku, seperti rendah diri, agresivitas, mencari rasa aman pada berbagai bentuk mekanisme pertahanan diri, seperti rasionalisasi, proyeksi, egosentris dan sebagainya (Kartika Sari Dewi, dkk, 2014). Fenomena lain yang ditemukan di lapangan seperti melanggar tata tertib, menentang guru, berkelahi, tidak melaksanakan tugas sekolah, mengisolasi diri dan sulit bekerja sama dalam situasi kelompok.

Beberapa penelitian terkait yang dilakukan oleh Noviliana Latifah (2012) pada SMP N 45 Bandung tahun ajaran 2012/2013 diketahui bahwa penyesuaian diri siswa SMP cenderung *maladjustment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum kategori penyesuaian diri siswa SMP N 45 Bandung adalah sedang.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada tanggal 24 Januari 2015 di SMP N 34 Padang, terkait penyesuaian diri siswa menyangkut sikap, interaksi dan komunikasi yang terjadi antara siswa dengan siswa maupun siswa dengan guru, peneliti berkesempatan untuk melakukan observasi di kelas XI 7. Dari hasil pengamatan, terlihat beberapa siswa masih belum memenuhi aspek-aspek penyesuaian diri yang sehat. Mengacu pada beberapa konsep tentang sehatnya kepribadian individu yang diajukan beberapa ahli, maka secara garis besarnya penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian, yaitu: (1) kematangan emosional; (2) kematangan intelektual; (3) kematangan

sosial; dan (4) tanggung jawab (Desmita, 2011:195). Dalam hal ini siswa belum memiliki kematangan emosional dan juga sosial.

Fenomena lain yang ditemukan di SMP N 34 Padang yaitu beberapa siswa yang kemandirian suasana kehidupannya emosionalnya masih berada pada tingkat rendah, khususnya dalam mengontrol emosi marah. Kemampuan dalam menyatakan kejengkelan terhadap lingkungan masih belum terlihat baik. Biasanya siswa menyatakan ketidaksukaannya akan sesuatu hal dengan komunikasi verbal dan non-verbal. Komunikasi verbal seperti mengungkapkan rasa jengkel dengan nada mencela dan memberikan label tertentu yang kurang baik. Sementara untuk komunikasi non-verbal yaitu melalui sentuhan fisik yang bersifat negatif, seperti memukul-mukul meja, menempeleng kepala teman dan lainnya. Hal lain yang terlihat saat observasi ini yaitu, adanya sekelompok siswa yang mendukung perbuatan siswa lainnya untuk keluar kelas secara diam-diam saat guru mata pelajaran tengah memberikan materi di depan kelas. Siswa tersebut keluar melalui sebuah jendela di sudut ruang kelas. Perbuatannya tertangkap oleh sang guru dikarenakan adanya suara bising dari barisan tempat duduk bagian belakang, dan guru yang bersangkutanpun marah karena merasa tidak dihargai oleh siswanya. Ini menunjukkan penyesuaian diri yang tidak sehat dilihat dari keempat aspek kepribadian dalam hal tanggung jawab, yaitu berkenaan dengan kesadaran akan etika dan hidup jujur.

Bimbingan dan Konseling mempunyai peran tersendiri dalam membentuk peserta didik yang *well adjusted* dengan memanfaatkan layanan yang tepat untuk membangun kepribadian peserta didik yang baik dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya. Berdasarkan kenyataan yang terjadi tersebut, peneliti ingin meneliti bagaimana **“Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Siswa”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti mengidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut:

1. Individu terkadang tidak menyadari bahwa dirinya turut andil dalam menciptakan kegagalan komunikasi
2. Adanya kesenjangan makna pesan antara si penerima pesan dengan si pengirim pesan dalam komunikasi
3. Adanya individu yang masih belum dapat berkomunikasi dengan baik terhadap lingkungannya
4. Adanya hal-hal yang menyebabkan terganggunya seseorang dalam berkomunikasi seperti suara bising dari lingkungan
5. Adanya suasana berkomunikasi yang terkadang kurang tepat pada konteksnya
6. Adanya *feedback* negatif dalam berkomunikasi

7. Adanya hubungan guru-siswa yang bersifat otoriter dan terkadang penuh ketegangan
8. Adanya siswa yang bermasalah dengan penyesuaian dirinya saat berada pada periode transisi
9. Fase remaja yang merupakan fase rentan menghadapi masalah penyesuaian diri
10. Adanya siswa yang masih belum memenuhi aspek-aspek penyesuaian diri yang sehat
11. Adanya kebutuhan hubungan interpersonal siswa terhadap penyesuaian dirinya yang belum terpenuhi

C. Rumusan dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa?”

Agar masalah dalam penelitian ini tidak menyimpang dari masalah yang diteliti, maka penelitian ini mencakup:

1. Komunikasi interpersonal
2. Penyesuaian diri siswa
3. Hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan komunikasi interpersonal
2. Mendeskripsikan penyesuaian diri siswa
3. Menguji apakah terdapat hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa

E. Asumsi

Dalam penelitian ini yang menjadi asumsi adalah:

1. Manusia tidak dapat hidup sendiri dan selalu menjalin relasi atau hubungan dengan orang lain
2. Komunikasi interpersonal terjadi secara spontan dan kontinyu
3. Penyesuaian diri diperlukan setiap individu dalam menghadapi situasi baru
4. Penyesuaian diri mencakup belajar untuk menghadapi keadaan baru melalui perubahan dalam tindakan atau sikap
5. Kemampuan menyesuaikan diri penting agar individu dapat menjadi bagian dari lingkungan yang dimasukinya dan dapat mengembangkan diri semaksimal mungkin dalam lingkungan tersebut

F. Hipotesis

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yakni terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa.

G. Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana komunikasi interpersonal siswa?
2. Bagaimana penyesuaian diri siswa?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa?

H. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka manfaat yang ingin diperoleh dalam penelitian ini ada dua yaitu sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan atau masukan untuk mengembangkan pengetahuan dalam pelaksanaan proses pembelajaran yang berkenaan dengan masalah sosial sehari-hari yang erat kaitannya dengan hubungan interpersonal dan interaksinya guna meningkatkan penyesuaian diri siswa di sekolah.

2. Secara praktis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai masukan dalam menentukan kebijakan lebih lanjut bagi pihak-pihak yang terlibat dalam dunia pendidikan khususnya bagi:

- a. Guru Bimbingan dan Konseling, memberikan bantuan pada siswa dengan memanfaatkan layanan Bimbingan dan Konseling agar siswa dapat terhindar dari perilaku *maladjustment*.
- b. Peneliti, sebagai sarana untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang bagaimana seharusnya bertindak sebagai guru Bimbingan dan Konseling untuk memahami kebutuhan psikologis siswa terkait penyesuaian diri pada lingkungan yang terus berubah.
- c. Peneliti selanjutnya, agar dapat dijadikan bahan masukan untuk penelitian selanjutnya yang berkenaan dengan komunikasi interpersonal maupun penyesuaian diri.
- d. Siswa, agar dapat menerapkan prinsip-prinsip berkomunikasi yang efektif dan mampu menciptakan komunikasi interpersonal serta meningkatkan hubungan interpersonal terkait penyesuaian diri yang baik.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan suatu konstruk psikologi yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari luar lingkungan luar maupun dari dalam diri individu itu sendiri (Desmita, 2011:191). Kata penyesuaian itu sendiri dapat didefinisikan “Sebagai interaksi anda yang kontinyu dengan diri anda sendiri, dengan orang lain, dan dengan dunia anda. Ketiga faktor ini secara konstan mempengaruhi anda. Dan hubungan tersebut bersifat timbal balik, mengingat anda secara konstan juga mempengaruhi mereka” (Calhoun, J.F dan Acocella, 1995:14). Dengan kata lain, masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan dalam dan luar dirinya.

Individu adalah makhluk yang unik dan dinamik, tumbuh dan berkembang, serta memiliki keragaman kebutuhan. Keragaman cara individu dalam memenuhi kebutuhannya menunjukkan adanya keragaman pola penyesuaian diri individu. Bagaimana individu memenuhi kebutuhannya akan menggambarkan pola penyesuaian dirinya. Proses pemenuhan kebutuhan ini pada hakikatnya merupakan proses penyesuaian diri.

Ahli psikologi sosial, Philip G. Zimbardo (dalam Bruno, 1983:3) melakukan penelitian terkait penyesuaian diri dan mengungkapkan bahwa, “*A survey on shyness and found that more 80 percent of the subjects confessed to being shy some of the time*”. Sejalan dengan pendapat di atas, Hollander (dalam Desmita, 2011:192) mendefinisikan penyesuaian diri sebagai berikut:

Adjustment involves learning to meet new circumstances through changes in actions or attitudes. Basically, learning means actual or potential alterations in behavior which may be more or less permanent. Although we may seek the familiar and more comfortable patterns of past behavior, they may not be appropriate under changed conditions. Therefore, adjustment means adopting new ways of acting, or at times returning to old ones which are more appropriate.

Dari kutipan di atas dapat dipahami bahwa kualitas penyesuaian yang penting adalah dinamisme atau potensi untuk berubah. Penyesuaian terjadi kapan saja individu menghadapi kondisi-kondisi lingkungan baru yang membutuhkan suatu respons. Penyesuaian juga tampil dalam bentuk menyesuaikan kebutuhan psikologis seseorang dengan norma-norma budaya. Bahkan kebutuhan dasar secara fisiologis, seperti rasa lapar, dipenuhi menurut cara-cara yang ditentukan secara sosial. Apa yang kita makan dan bagaimana kita makan merupakan ilustrasi dari tindakan yang dipelajari dari suatu pola kebudayaan suatu masyarakat.

Bruno (1983:24) juga mengungkapkan bahwa “*The emphasis in the definition of adjustment is on harmony. In practical terms, this means that you are adjusting if you eat when you are hungry, drink when you are thirsty, run when you are afraid, try to find shelter in a storm, seek relief*

from sexual tension, and avoid a disagreeable person". Hal ini juga sejalan dengan pendapat Schneiders (dalam Desmita, 2011:192) bahwa *adjustment is a process involving both mental and behavioral responses, by which an individual strives to cope successfully with inner needs, tensions, frustrations and conflict a degree of harmony between these inner demands and those imposed on him by the objective world in which he lives.*

Jadi, penyesuaian diri pada prinsipnya adalah suatu proses yang mencakup respons mental dan tingkah laku, dengan mana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Calhoun, J.F dan Acocella (1995:17) mengungkapkan ada dua faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, yaitu situasi dan nilai. Situasi pada penyesuaian diri adalah cara seseorang menyesuaikan diri terhadap penilaian orang lain, misalnya apakah perilaku seseorang merupakan penyesuaian yang sehat, sangat tergantung terhadap bagaimana seseorang tersebut menyesuaikannya. Beberapa orang dapat menyesuaikan dengan baik terhadap suatu lingkungan tetapi tidak terhadap situasi yang lainnya.

Akibatnya ada berbagai situasi dimana seseorang mungkin tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik. Selanjutnya nilai. Penilaian kita yaitu apakah seseorang dengan penyesuaian diri yang baik tidak hanya tergantung pada situasi saja, namun juga dari penilaian kita, pemikiran kita tentang bagaimana seseorang seharusnya berperilaku.

Selain pendapat di atas, faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri menurut Desmita (2011:196) antara lain dilihat dari konsep psikogenik dan sosiopsikogenik. Psikogenik memandang bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh riwayat kehidupan sosial individu, terutama pengalaman khusus yang membentuk perkembangan psikologis. Pengalaman khusus ini lebih banyak berkaitan dengan kehidupan keluarga. Sementara itu dilihat dari konsep sosiopsikogenik, penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor iklim lembaga sosial dimana individu terlibat di dalamnya. Bagi peserta didik, faktor sosiopsikogenik yang dominan mempengaruhi penyesuaian dirinya adalah sekolah.

Setiap individu melakukan penyesuaian diri dalam perkembangan hidupnya. Kemampuan menyesuaikan diri dalam perkembangannya dipengaruhi beberapa faktor lainnya yaitu:

a. Faktor Dari Dalam

1) Keadaan Fisik

Hurlock (1980:269) mengatakan bahwa badan yang kurang sehat dan cacat dan tidak dapat disembuhkan atau ditutup-tutupi berpengaruh bagi penyesuaian diri pribadi dan sosial.

Hal tersebut didukung dengan pendapat Kartono (1989:259) bahwa keadaan fisik dan kondisi tubuh ikut mempengaruhi diri sebab system tubuh yang baik merupakan syarat terwujudnya penyesuaian diri yang sehat.

2) Keadaan Psikologis

Keadaan psikologis merupakan faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, sebab keadaan mental yang sehat merupakan syarat bagi tercapainya penyesuaian diri yang baik sehingga dapat dikatakan bahwa frustrasi, kecemasan, ketakutan, ketegangan dan lain-lain dapat melatar belakangi adanya hambatan pada diri individu dalam penyesuaian diri (Kartono, 2000:37).

3) Konsep Diri

Konsep diri yang dibentuk individu akan berpengaruh terhadap penyesuaian diri. Individu yang mengembangkan perasaan-perasaan yang tak menentu, rendah diri, rasa tidak mampu, kurang percaya diri dan harga diri rendah membuat individu tersebut sulit untuk dapat menyesuaikan diri. Berbeda halnya bagi individu yang memiliki konsep diri yang baik seperti memiliki rasa percaya diri, harga diri dan kemampuan untuk menilai hubungan-hubungan dengan orang lain secara tepat maka akan menuntun ke arah penyesuaian diri yang baik (Fabella, 1993:61).

4) Kemampuan Berkomunikasi

Di dalam proses penyesuaian diri peran komunikasi besar sekali (Purnomo, 1994:207). Menurut Ceyhan (2006:1) bahwa tingkat komunikasi interpersonal yang dimiliki individu akan mempengaruhi penyesuaian diri individu tersebut. Individu memerlukan keterampilan-keterampilan berkomunikasi yang baik untuk melakukan hubungan interpersonal dalam kehidupannya sehari-hari.

b. Faktor Dari Luar

1) Faktor Keluarga

Menurut Yatim (1986:72) keluarga sebagai unit masyarakat terkecil adalah tempat tumbuh dan berkembangnya individu. Sebuah keluarga memiliki nilai-nilai, sikap serta harapan-harapan terhadap para anggotanya yang tidak selalu sama dengan keluarga lain, bahkan mungkin tidak sama dengan yang berlaku di masyarakat umum. Gerungan (1996:181) menambahkan bahwa pengalaman-pengalaman dalam interaksi sosial dengan keluarga, turut menentukan cara-cara tingkah lakunya dengan orang lain, pergaulan sosial serta masyarakat pada umumnya.

2) Keadaan Lingkungan

Kondisi lingkungan yang baik, damai, nyaman, penuh pengertian dan penerimaan, mampu memberikan

perlindungan rasa aman kepada anggota-anggotanya merupakan lingkungan yang akan memperlancar proses penyesuaian diri individu (Kartono, 1989:29).

3) Adat Istiadat

Aturan-aturan yang berlaku dalam masyarakat sekitar dianggap sebagai peraturan yang tidak tertulis tapi harus ditaati oleh masyarakat yang tinggal disekitarnya. Pertentangan secara terus menerus terhadap ketentuan sosial merupakan bentuk penyimpangan dari penyesuaian diri (Kartono, 2000:269).

3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Menurut Desmita (2011: 195) penyesuaian diri yang baik berkaitan erat dengan kepribadian yang sehat. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Lazarus (1991) “... *personality and adjustment are totally interrelated subjects of study. The are two sides of the same coin. It is really impossible to speak of one without the others*”. Oleh sebab itu, penyesuaian diri yang sehat lebih merujuk pada konsep sehatnya kehidupan pribadi seseorang, baik dalam hubungannya dengan diri sendiri, dengan orang lain, maupun dengan lingkungannya.

Mengacu pada beberapa konsep tentang sehatnya kepribadian individu yang diajukan oleh beberapa ahli, maka secara garis besarnya penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian,

yaitu: (1) kematangan emosional; (2) kematangan intelektual; (3) kematangan sosial; dan (4) tanggung jawab (Desmita, 2011:195).

1. Kematangan emosional mencakup aspek-aspek:
 - a. Kemantapan suasana kehidupan emosional
 - b. Kemantapan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain
 - c. Kemampuan untuk santai, gembira dan menyatakan kejengkelan
 - d. Sikap dan perasaan terhadap kemampuan dan kenyataan diri sendiri
2. Kematangan intelektual mencakup aspek-aspek:
 - a. Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri
 - b. Kemampuan memahami orang lain dan keragamannya
 - c. Kemampuan mengambil keputusan
 - d. Keterbukaan dalam mengenal lingkungan
3. Kematangan sosial mencakup aspek-aspek:
 - a. Keterlibatan dalam partisipasi sosial
 - b. Kesiediaan kerja sama
 - c. Kemampuan kepemimpinan
 - d. Sikap toleransi
 - e. Keakraban dalam pergaulan
4. Tanggung jawab mencakup aspek-aspek:
 - a. Sikap produktif dalam mengembangkan diri

- b. Melakukan perencanaan dan melaksanakannya secara fleksibel
- c. Sikap altruisme, empati, bersahabat dalam hubungan interpersonal
- d. Kesadaran akan etika dan hidup jujur
- e. Melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai
- f. Kemampuan bertindak independen

Pada dasarnya penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Menurut Hurlock (dalam Trian Hermawan, 2010) mengungkapkan kedua aspek tersebut adalah:

1. Penyesuaian Pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Hurlock (dalam Trian Hermawan:2010) juga menambahkan bahwa indikator dari penyesuaian pribadi adalah sebagai berikut:

- a. Penerimaan individu terhadap diri sendiri
- b. Mampu menerima kenyataan
- c. Mampu mengontrol diri sendiri
- d. Mampu mengarahkan diri sendiri

2. Penyesuaian Sosial

Setiap individu hidup di dalam masyarakat. Di dalam masyarakat tersebut terdapat proses saling mempengaruhi satu sama lain silih berganti. Dari proses tersebut timbul suatu pola kebudayaan dan tingkah laku sesuai dengan sejumlah aturan, hukum, adat dan nilai-nilai yang mereka patuhi, demi mencapai penyelesaian bagi persoalan hidup sehari-hari. Hurlock (dalam Trian Hermawan, 2010) mengungkapkan indikator dari penyesuaian sosial adalah sebagai berikut:

- a. Memiliki hubungan interpersonal yang baik
- b. Memiliki perasaan simpati terhadap orang lain
- c. Mampu menghargai orang lain
- d. Ikut berpartisipasi dalam kelompok
- e. Mampu bersosialisasi dengan baik sesuai norma yang ada.

B. Komunikasi Interpersonal

1. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Alo Liliweri (1997:3) mengemukakan “Kata komunikasi berasal dari bahasa Latin *communicare*, berarti berpartisipasi atau memberitahukan. Kata *communis* berarti milik bersama atau berlaku dimana-mana, sehingga *communis opinio* berarti pendapat umum atau pendapat mayoritas”. Menurut Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati (2012:37) “Komunikasi bukanlah semata sebagai sebuah ilmu

pengetahuan, melainkan juga sebuah seni dalam bergaul”. Theodornoson and Theodornoson (dalam Burhan Bungin, 2007: 30) memberi batasan lingkup komunikasi berupa penyebaran informasi, ide-ide, sikap-sikap, atau emosi dari seseorang atau kelompok kepada yang lain terutama melalui simbol-simbol. Onong Uchyana (2002:11) mengatakan komunikasi pada hakikatnya adalah proses penyampaian pikiran maupun perasaan oleh seseorang (komunikator) kepada orang lain (komunikan). Pikiran bisa berupa gagasan, informasi, opini dan lain-lain yang muncul dari benaknya. Perasaan bisa berupa keyakinan, gairah dan sebagainya yang timbul dari lubuk hati.

Komunikasi yang intens dapat meningkatkan taraf hubungan atau relasi yang lebih dekat. Hal ini disebut dengan komunikasi interpersonal. DeVito (2003) menjelaskan bahwa “Dengan mempelajari proses komunikasi dan adanya kesadaran akan apa yang dirinya dan orang lain lakukan ketika sedang berkomunikasi, maka diharapkan dapat meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal, yaitu komunikasi antara dua individu”. Effendi (dalam Alo Liliweri, 1997:12) mengemukakan juga bahwa, pada hakikatnya komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara seorang komunikator dengan seorang komunikan. Jenis komunikasi tersebut dianggap paling efektif untuk mengubah sikap, pendapat, atau perilaku seseorang berhubung prosesnya yang dialogis.

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut di atas maka kita dapat menyimpulkan bahwa komunikasi interpersonal merupakan jenis

komunikasi yang disampaikan komunikator kepada komunikan yang di dalamnya terdapat pesan dan memiliki alur/proses yang dialogis.

2. Ciri-ciri Komunikasi Interpersonal

Berdasarkan pada beberapa pengertian mengenai komunikasi interpersonal, maka dapat disimpulkan beberapa ciri khas komunikasi interpersonal yang membedakannya dengan komunikasi massa dan komunikasi kelompok. Ciri komunikasi interpersonal (Alo Lliwari, 1997:13) itu adalah:

- (1) spontanitas, terjadi sambil lalu dengan media utama adalah tatap muka;
- (2) tidak mempunyai tujuan yang ditetapkan terlebih dahulu;
- (3) terjadi secara kebetulan diantara peserta yang identitasnya kurang jelas;
- (4) mengakibatkan dampak yang disengaja dan tidak disengaja;
- (5) kerap kali berbalas-balasan;
- (6) mempersyaratkan hubungan paling sedikit dua orang dengan hubungan yang bebas dan bervariasi, ada keterpengaruhan;
- (7) harus membuahkan hasil;
- (8) menggunakan lambing-lambang yang bermakna

Selain ciri-ciri di atas, DeVito (1976:13) mengemukakan bahwa komunikasi interpersonal mengandung lima ciri sebagai berikut:

1. Keterbukaan (*openness*)

Keterbukaan yang dimaksud dalam hal ini yaitu keterbukaan terhadap orang yang diajak berinteraksi. Adanya kesediaan untuk mengungkapkan informasi yang biasanya disembunyikan. Keterbukaan sangat besar pengaruhnya dalam menumbuhkan komunikasi interpersonal yang efektif. Menurut

Jalaluddin Rahmat (2008:132), keterbukaan setidaknya mengacu pada tiga aspek. Aspek pertama, komunikator harus terbuka kepada orang yang diajaknya berbicara. Contohnya seperti membuka diri tentang riwayat hidupnya. Aspek kedua adalah mengacu pada kesediaan komunikator untuk bereaksi secara jujur terhadap stimulus yang datang. Aspek ketiga yaitu kepemilikan perasaan dan pikiran. Keterbukaan dalam hal ini adalah mengakui bahwa perasaan dan pikiran yang dilontarkan adalah milik seseorang yang melontarkannya serta mampu bertanggung jawab atasnya.

2. Empati (*empathy*)

Menurut Hendrik Back (dalam DeVito, 2003:56) mendefinisikan empati sebagai “Kemampuan seseorang untuk mengetahui apa yang sedang dialami orang lain pada saat tertentu dan dari sudut pandang tertentu”. Dalam empati, kita tidak menempatkan diri kita pada posisi orang lain, namun menempatkan diri kita secara emosional dan intelektual dalam pengalaman orang lain (Jalaluddin Rahmat, 2008:133).

3. Dukungan (*supportiveness*)

Komunikasi interpersonal yang terbuka dan sikap empati tidak dapat berlangsung dalam suasana yang tidak mendukung. Sikap mendukung diperlukan dalam membina sebuah hubungan yang efektif. Salah satu cara menunjukkan sikap mendukung yaitu

bersikap deskriptif dan bukan evaluatif. Deskriptif berarti penyampaian perasaan dan persepsi tanpa menilai. Berbeda dengan evaluatif yang memberikan penilaian terhadap orang lain, memuji atau mengecam orang lain.

4. Perasaan positif (*positivness*)

Menurut Maia (2014) dalam blognya yang berjudul Komunikasi Antar Pribadi mengungkapkan bahwa mengkomunikasikan sikap positif dalam hubungan interpersonal setidaknya ada dua cara, yaitu dengan menyatakan sikap positif dan secara positif mendorong orang menjadi teman saat berinteraksi. Berkomunikasi dengan penuh percaya diri adalah cara yang dapat dilakukan dalam menunjukkan perasaan positif terhadap lawan bicara.

5. Kesamaan (*equality*)

Komunikasi interpersonal akan lebih efektif apabila suasananya setara. Artinya harus ada pengakuan secara diam-diam bahwa kedua belah pihak sama-sama bernilai dan berharga, dan bahwa masing-masing pihak mempunyai sesuatu yang penting untuk disumbangkan (Maia, 2014). Ini menyangkut pada aspek perbedaan pandangan dan keyakinan masing-masing individu.

Sejalan dengan pendapat di atas, Evert M. Rogers (dalam Depari, 1988:13) menyebutkan beberapa ciri komunikasi interpersonal, yaitu:

(1) Arus pesan cenderung dua arah; (2) konteks komunikasi adalah tatap muka; (3) tingkat umpan balik yang tinggi; (4) kemampuan untuk mengatasi tingkat selektivitas sangat tinggi; (5) kecepatan untuk menjangkau sasaran yang besar sangat lamban; (6) efek yang terjadi antara lain perubahan sikap.

3. Aspek-Aspek Komunikasi Interpersonal

Menurut Lunandi (1987:33) aspek-aspek komunikasi interpersonal adalah:

a. Mendengar

Mendengar merupakan sikap dalam komunikasi yang dilakukan dengan pikiran, hati, serta segenap indera yang diarahkan kepada komunikator.

b. Pernyataan

Merupakan sikap mengemukakan suatu gagasan secara jelas dan rinci pada orang lain. Menjelaskan sesuatu mengenai apa yang dilihat atau diamati, dan bukan suatu penilaian atau kesimpulan yang ditangkap secara pribadi dalam suatu komunikasi dengan orang lain.

c. Keterbukaan

Merupakan sikap menerima masukan dari orang lain, merenungkannya dengan serius dan merubah diri bila perubahan dianggap sebagai pertumbuhan kearah kamajuan.

d. Kepekaan

Merupakan kemahiran membaca bahasa tubuh, komunikasi yang tak diucapkan dengan kata-kata, peka terhadap kondisi

fisik orang lain, emosi, citra diri, citra pihak lain serta lingkungan.

e. Umpan Balik

Merupakan sikap menanggapi pernyataan yang diberikan. Di dalam sebuah komunikasi dikatakan timbale balik jika pesan yang dikirim terpantul, yaitu mendapatkan tanggapan yang dikirim kembali baik berbentuk kata-kata yang diucapkan ataupun anggukan, gelengan atau pandangan.

4. Karakteristik Komunikasi Interpersonal

Disamping memiliki bagian-bagian khusus ataupun faktor-faktor yang mempengaruhi, komunikasi interpersonal juga memiliki karakteristik, diantaranya menurut Gamble and Gamble (1984:17) sebagai berikut:

1) Communication is a dynamic process

When we call communication a dynamic process, we mean that all of its elements constantly interact and affect each other. Nothing about communication is static.

2) Communication is Unrepeatable and irreversible

Every human contact you experience is unique. Similarly, a communication encounter affects and changes the interactors so that the encounter can never happen in exactly the same way again.

C. Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Siswa

Usaha untuk menyesuaikan diri diperlukan untuk mengurangi terjadinya konflik antara individu dengan lingkungannya. Agar penyesuaian diri siswa dapat tercapai diperlukan komunikasi yang terjalin

dengan baik. Hal ini sesuai dengan pendapat Ceyhan (2006:1) bahwa tingkat komunikasi, khususnya komunikasi interpersonal yang dimiliki individu akan mempengaruhi tingkat penyesuaian diri individu tersebut. Dengan tercapainya komunikasi interpersonal yang baik dan efektif maka siswa yang berada pada periode transisi dapat meningkatkan penyesuaian diri.

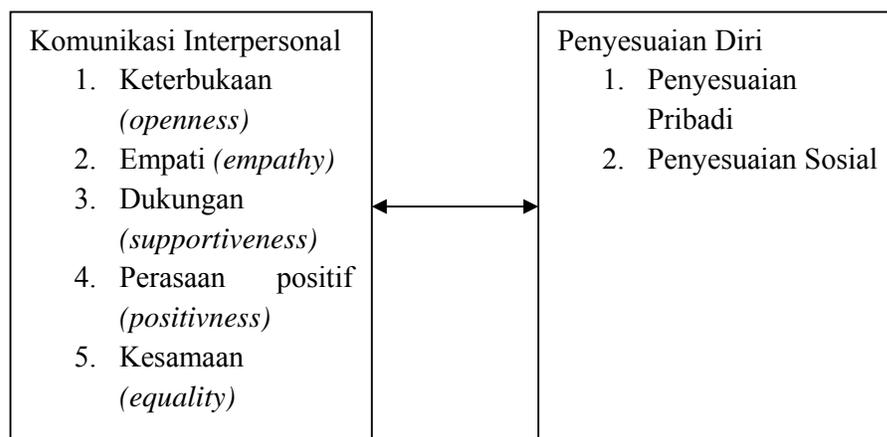
Komunikasi interpersonal yang berjalan dengan lancar akan sangat mempengaruhi proses penyesuaian diri, karena adanya komunikasi tersebut akan dapat menyelaraskan antara dorongan-dorongan dalam diri siswa dengan tuntutan lingkungan. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Purnomo (1994:207) bahwa di dalam proses penyesuaian diri peran komunikasi besar sekali.

Adanya keterbukaan dalam diri siswa dalam berkomunikasi dapat memperbaiki hubungan satu sama lain karena individu yang bersangkutan dapat saling mengerti apa yang diharapkan (Kuantaraf, 1999:91). Siswa yang tidak dapat melakukan komunikasi interpersonal dengan lingkungannya akan menghambat penyesuaian dirinya. Hal tersebut tampak ketika siswa tidak memiliki sikap percaya, tidak mau mendengar, tidak memiliki kepekaan dan tidak terbuka serta tidak dapat melakukan umpan balik yang baik terhadap lingkungannya, sehingga tidak dapat mencapai keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan tuntutan lingkungan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dilihat bahwa komunikasi interpersonal mempunyai hubungan dengan penyesuaian diri, yaitu apabila seorang siswa dapat menjalin komunikasi interpersonal yang baik maka akan mampu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan sebaliknya jika komunikasi diantara individu yang terlibat di dalamnya tidak terjalin dengan baik maka akan menghambat penyesuaian dirinya.

D. Kerangka Konseptual

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana korelasi komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa dilihat dari berbagai aspek yang mempengaruhinya. Untuk lebih jelasnya perhatikan bagan kerangka konseptual halaman berikutnya:



Gambar 1
Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Siswa

Kerangka konseptual menjelaskan bahwa penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat hubungan komunikasi interpersonal, meliputi keterbukaan, empati, dukungan, perasaan positif dan kesamaan

dengan penyesuaian diri siswa yang meliputi penyesuaian pribadi dan sosial.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dibahas pada bab terdahulu tentang hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Komunikasi interpersonal siswa secara umum berada pada kategori baik.

Hasil penelitian ini mendeskripsikan bahwa secara keseluruhan komunikasi interpersonal siswa baik dengan rata-rata persentase 78,6%. Artinya, terdapat 21,4% tingkat komunikasi interpersonal siswa berada pada kategori sangat baik dan cukup baik.

2. Penyesuaian diri siswa secara umum berada dalam kategori sangat baik.

Hasil penelitian ini mendeskripsikan bahwa secara keseluruhan penyesuaian diri siswa berada pada kategori sangat baik dengan rata-rata persentase 78,8% dan 21,2% sikap belajar siswa berada pada kategori baik.

3. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa.

Berdasarkan uji analisis koefisien antara variabel komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa sebesar 0,400 dan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$ maka hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi positif dan cukup signifikan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri. Artinya,

tingkat komunikasi, khususnya komunikasi interpersonal yang dimiliki siswa akan mempengaruhi tingkat penyesuaian diri siswa tersebut.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian ini, diharapkan dapat berguna sebagai masukan dalam menentukan kebijakan lebih lanjut. Beberapa saran yang dapat penulis ajukan bagi pihak-pihak yang terlibat dalam dunia pendidikan khususnya bagi:

- e. Bagi pihak sekolah terutama guru, diharapkan dapat mengadakan kegiatan-kegiatan yang berupa pelatihan-pelatihan untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa karena komunikasi interpersonal mempunyai pengaruh cukup tinggi dalam penyesuaian diri siswa. Contohnya, menciptakan suasana damai di sekolah yang dapat memberikan kenyamanan dan keamanan pada setiap komponen sekolah karena adanya rasa kasih sayang, perhatian, kepercayaan dan kebersamaan. Salah satu bentuk kegiatannya bisa berupa kegiatan *Peaceful School*. Kegiatan ini digagas dan telah dilakukan oleh sekolah-sekolah di Kepulauan Sulawesi tepatnya di Kota Makasar untuk menciptakan generasi cerdas nalar, cerdas emosional dan cerdas spritual, bukan menciptakan manusia yang kerdil, pasil, dan tidak mampu mengatasi persoalan yang dihadapi. Selain itu sekolah juga dapat mengembangkan kelompok kerja, seperti yang digagas oleh Tim Yayasan Semai Jiwa Amini (Sejiwa) pada tahun 2008 di Kota Makasar melalui

kegiatan *Field Day Activity*. Sebab usaha untuk menyesuaikan diri diperlukan untuk mengurangi terjadinya konflik antara individu dengan lingkungannya. Agar penyesuaian diri siswa dapat tercapai diperlukan komunikasi yang terjalin dengan baik. Aktivitas yang dilakukan adalah membuat kegiatan yang mengelompokkan anak senior dengan anak junior dalam sebuah pertandingan atau perlombaan. Dalam kegiatan ini tentu akan terbangun kebersamaan sikap toleransi dan saling membantu. Kelompok kerja ini juga bisa dilakukan guru BK di sekolah dengan melakukan kegiatan yang disebut konseling kelompok.

- f. Guru Bimbingan dan Konseling, agar dapat memberikan bantuan pada siswa dengan memanfaatkan layanan Bimbingan dan Konseling diantaranya yaitu layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok dan mencegah terjadinya perilaku *maladjustment*. Guru BK dapat melatih siswa untuk berkomunikasi bersama teman-teman sekelompoknya dan belajar membantu menyelesaikan masalah anggota kelompok melalui dinamika kelompok. Dalam kegiatan itu akan saling merasakan bagaimana cara memberikan pilihan solusi yang tepat dalam mengentaskan masalah teman lain, dan mengambil keputusan sendiri dari solusi-solusi yang ada berdasarkan saran dan pendapat teman lain, jadi sekaligus ada pertukaran perasaan.
- g. Siswa, agar dapat menerapkan prinsip-prinsip berkomunikasi yang efektif dan mampu menciptakan komunikasi interpersonal serta meningkatkan hubungan interpersonal terkait penyesuaian diri yang baik. Siswa diharapkan terus

mengembangkan komunikasi interpersonalnya agar dapat bersikap dalam bersosialisasi maupun menentukan lingkungan sosialnya sehingga mampu menyesuaikan diri dengan keadaan di sekitarnya.

- h. Peneliti selanjutnya, agar dapat dijadikan bahan masukan untuk penelitian selanjutnya yang berkenaan dengan komunikasi interpersonal maupun penyesuaian diri. Diharapkan juga bagi peneliti selanjutnya lebih memperhatikan kelemahan-kelemahan penelitian ini sehingga kelemahan-kelemahan yang ada dalam penelitian ini tidak terulang lagi. Penelitian ini hanya menekankan pada variabel komunikasi interpersonal saja, sehingga tidak semua faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dapat diungkap. Maka diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengungkap variabel lain yang belum dikaji.

KEPUSTAKAAN

- Abin Syamsudin. 1996. *Psikologi Kependidikan*. Bandung: Rosdakarya
- Alo Liliweri. 1997. *Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung: Citra Aditya Bakti
- A. Muri Yusuf. 1997. *Metode Penelitian*. Padang: IKIP Padang
- . 2010. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP Press
- Bruno, Frank Joe. 1983. *Adjustment And Personal Growth*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Burhan Bungin. 2007. *Sosiologi Komunikasi: Teori, paradigma, dan diskursus teknologi komunikasi di masyarakat*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Calhoun & Acocella. 1995. *Psikologi Penyesuaian Diri dan Hubungan Sesama Manusia*. Terjemahan oleh Satmoko. Semarang: IKIP Semarang Press
- Ceyhan. 2006. "An Investigation of Self Adjustment of Turkish University Student With Respect to Interpersonal Communication Levels". *Social Behavior and Personality Journal*.
- Depari. 1988. *Peranan Komunikasi Massa dalam Pembangunan*. Yogyakarta: UGM Press
- Desmita. 2011. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- DeVito. 1976. *The Interpersonal Communication*. New York: Book Harpers Row
- . 2003. *Human Communication Ninth Edition: The basic course*. USA: Pearson Education Inc.
- Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati. 2012. *Hubungan Interpersonal*. Jakarta: Salemba Humanika
- Eka Paksi Diyah Prasetyaningsih. 2010. *Layanan Informasi Pribadi Sosial Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Dalam Pergaulan Di Sekolah*. Skripsi. Tidak diterbitkan
- Fabella. 1993. *Anda Sanggup Mengatasi Stress*. Terjemahan oleh Panjaitan. Jakarta: Indonesia Publishing House Offset

- Gamble, Teri Kwal & Michael. 1984. *Communication Works*. New York: Random House
- Gerungan. 1996. *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika
- Hafied Cangara. 2013. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Hurlock. 1980. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Jalaluddin Rahmat. 2008. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosda
- Kartika Sari Dewi, dkk. 2014. "Kontribusi Kualitas Komunikasi Interpersonal Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Sawan Tahun Pelajaran 2013/2014". *Lokakarya Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja*
- Kartono. 1989. *Hygiene Mental Dalam Islam*. Bandung: CV Mandar Maju
- Kuantaraf. 1999. *Komunikasi Keluarga*. Bandung: Indonesia Publishing
- . 2000. *Hygiene Mental*. Bandung: CV Mandar Maju
- Larson, J.H, Csikszantimihalyi, & Graef. 1992. "You're My One and Only: Premarital counseling for unrealistic beliefs about mate selection". *American Journal of Family Therapy*, (20):242-253
- Lazarus, R.S. 1991. *Cognition and Emotion*. New York: Oxford University Press
- Lunandi. 1987. *Komunikasi Mengenai Peningkatan Efektivitas Komunikasi Antar Pribadi*. Yogyakarta: Kanisius
- Maia. 2014. *Komunikasi Antar Pribadi*. <http://komunikasi-interpersonal-antar-pribadi.html> (diunduh tanggal 19 Mei 2015)
- Onong Uchyana. 2002. *Ilmu, Teori dan Filsafat Komunikasi*. Bandung: Citra Aditya Bakti
- Packard. 1974. *The Hidden Persiaders*. Terjemahan Oleh Sedanayasa. Singaraja: BK FIP UNDIKSHA
- Prayitno. 1997. *Seri Pemandu Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah Jilid III*. Jakarta: IKR Mandiri
- . 1998. *Konseling Pancawaskita*. Padang: UNP Press

- Purnomo. 1994. *Memahami Dunia Anak-Anak*. Bandung: CV Mandar Maju
- Riduwan. 2005. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta
- . 2010. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Ririn. 2007. *Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dengan Penyesuaian Diri Menantu Perempuan Terhadap Ibu Mertua*. Skripsi. Tidak Diterbitkan.
- Sudijono. 2007. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sudjana. 1996. *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito Bandung
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sunarto dan Agung Hartono. 1999. *Penyesuaian Diri*. Bandung: Tarsito
- Syamsul Bahri Thalib. 2010. *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana
- Tedjasaputra. 2005. *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Jakarta: Grasindo
- Trian Hermawan. 2010. *Penyesuaian Diri dan Permasalahan Pada Remaja*. Makalah. Tidak Diterbitkan
- Tubs, S.L & Moss, S. 2001. *Human Communication*. Skripsi. Tidak diterbitkan
- Tulus Winarsunu. 2002. *Statistika dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. Malang: UMM PRESS
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional*. 2003. Jakarta: Diperbanyak oleh Armas Duta Jaya
- Wolman. 1973. *Dictionary of Behavior Science*. New York: Van Nostrand Reinhold Co.
- Yatim. 1986. *Kepribadian Keluarga dan Narkotika*. Jakarta: Arcan