

LAYANAN KONSELING PRIBADI INTROVERT AGAR BISA BERADAPTASI DI LINGKUNGAN BARU MENGGUNAKAN KONSEP KOMUNIKASI INTERPERSONAL

Mohammad Irfan Faiz

Pascasarjana, UIN Sunan Kalijaga
faisirfan96@gmail.com

Abstract

Abstract: *This research discusses the introvert adar personal guidance services that can adapt in new environments using the concept of interpersonal communication. This study aims to determine introverted personal counseling services to be able to adapt to new environments using the concept of interpersonal communication. This type of research uses literature. Who wants to get a theory about the analysis of how introverted personal counseling services can adapt to new environments using the concept of interpersonal communication consisting of the opening stage, the explanation stage (exploration, behavior change (including some concepts of interpersonal communication) between others: a) Finding yourself b) Finding the outside world Building and maintaining harmonious relationships, assessment ,follow-up stages*

Keywords: *Personal Counseling Services, Introverts, Interpersonal Communication*

Pendahuluan

Manusia merupakan makhluk sosial. Yang artinya dalam proses kehidupannya dia terlibat dan butuh akan hubungan atau berinteraksi dengan orang lain. Dalam proses interaksinya tentu antara manusia yang satu dengan manusia yang lain tidak sama dan mempunyai ciri tertentu. Selain itu, dalam proses interaksi sosialnya manusia perlu untuk mengontrol diri, atau disebut dengan kontrol sosial karena tidak semua yang dia dapatkan dari interaksi akan berdampak diri pada perkembangan sosialnya.

Kontrol sosial manusia dibagi menjadi dua, kontrol sosial yang baik dan kontrol sosial yang buruk. Ketika manusia atau seorang individu mempunyai kontrol sosial yang baik maka tentu dalam proses interaksinya dia tidak akan kesusahan dan mudah dalam bersosialisasi dengan orang lain. Beda versi dengan manusia atau individu yang mempunyai kontrol sosial yang buruk atau kurang baik. Sedikit banyak tentu individu tersebut akan mempunyai kendala dan kesusahan dalam proses sosial interaksinya.

Kesusahan dalam interaksi sosial ini banyak dialami oleh individu salah satunya adalah individu dengan kepribadian introvert. Kepribadian introvert sendiri diartikan Seseorang yang memiliki pribadi yang cenderung sulit untuk melakukan komunikasi dengan banyak orang. Disisi lain, predikat makhluk sosial menuntut kita untuk selalu bisa berkomunikasi dengan manusia di sekeliling kita orang –orang introvert itu mereka yang terampil dalam melakukan perjalanan ke dunia dalam, yaitu diri mereka sendiri. Mereka selalu mencoba memahami diri mereka sendiri dengan melakukan banyak perenungan dan berkontemplasi. Pada akhirnya, mereka menjadi orang yang memahami dirinya sendiri, pendirian keras, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, dan mengetahui apa yang menjadi tujuan dalam hidupnya. Dan orang Introvert adalah orang yang lebih cenderung kepada menyendiri dan menyimpan perasaan.

Pada dasarnya kepribadian introvert ini dikatakan suka menyendiri dan suka merenung dan bisa dikatakan sulit untuk melakukan interaksi sosial dengan baik dan bisa berdampak pada kontrol sosial nya yang buruk jika kepribadian introvert tersebut masih tetap menjadi

kepribadian introvert, dalam hal ini bisa menjadi penawaran untuk menghadapi seseorang introvert agar bisa ber interaksi dengan lingkungan yang baru dengan menggunakan salah satu layanan bimbingan konseling, layanan bimbingan konseling sendiri di artikan proses pemberian bantuan yang diberikan kepada siswa secara terus menerus agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri, sehingga siswa sanggup mengarahkan dirinya sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat.

Dengan adanya layanan bimbingan konseling diharapkan dapat memberikan solusi bagi seseorang yang mempunyai permasalahan seperti permasalahan seseorang yang mempunyai kepribadian introvert yang di harapkan bisa beradaptasi dengan lingkungan baru dengan baik. Adapun dalam bimbingan konseling ini terdapat enam layanan – layanan yang terdapat pada bimbingan konseling ini antara lain layanan orientasi, layanan informasi, layanan pembelajaran, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, dan layanan konseling perorangan.

Di dalam tulisan ini adapun penawaran layanan yang di berikan seseorang yang mempunyai kepribadian introvert ini menggunakan layana konseling perorangan, layanan konseling perorangan sendiri di harapkan bisa membantu seorang yang mempunyai kepribadian individu tersebut bisa beradaptasi dan mempunyai kontrol sosial yang baik pada lingkungan yang baru. Adapun layanan bantuan yang di gunakan untuk membantu seseorang yang mempunyai kepribadian introvert ini dengan layanan konseling perorangan. Layanan konseling perorangan merupakan layanan yang memungkinkan seseorang mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) untuk membahas dan menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya dan perkembangan dirinya.Layanan konseling perorangan berfungsi untuk menuntaskan permasalahan seseorang individu. Mungkin ada materi yang ada dalam layanan konseling perorangan ini yang di gunakan untuk membantu seseorang yang mempunyai kepribadian introvert ini

Dengan materi yang ada pada layanan perorangan ini di harapkan bisa membantu seseorang yang mempunyai kepribadian introvert agar bisa melakukan interaksi pada lingkungan yang baru dengan baik dengan memasukkan konsep komunikasi interpersonal kedalam materi layanan bimbingan perorangan tersebut, komunikasi interpersonal tersebut bisa di artikan sebagai proses yang menggunakan pesan-pesan untuk mencapai kesamaan makna antara-paling tidak-antara dua orang dalam sebuah situasi yang memungkinkan adanya kesempatan yang sama bagi pembicara dan pendengar

Mungkin bisa diharapkan penawaran layanan bimbingan perorangan ini dengan memasukkan konsep komunikasi interpersonal ini bisa membuat pribadi introvert bisa dapat ber interaksi dengan lingkungan baru dengan baik

Metode

Pada penelitian ini kami metode penelitian yang berupa Studi Kepustakaan (Library Research). Studi kepustakaan merupakan suatu studi yang digunakan dalam mengumpulkan informasi dan data dengan bantuan berbagai macam material yang ada di perpustakaan seperti dokumen, buku, majalah, kisah-kisah sejarah, dsb.

Studi kepustakaan juga dapat mempelajari beberapa buku referensi serta hasil penelitian sebelumnya yang sejenis yang berguna untuk mendapatkan landasan teori mengenai masalah yang akan diteliti. Sedangkan menurut ahli lain studi kepustakaan merupakan kajian teoritis, referensi serta literatur ilmiah lainnya yang berkaitan dengan budaya, nilai dan normayang berkembang pada situasi sosial yang diteliti.¹Studi kepustakaan juga berarti teknik

¹Prastowo, Andi 2012. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Prespektif Rancangan Penelitian*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

pengumpulan data dengan melakukan penelaahan terhadap buku, literatur, catatan, serta berbagai laporan yang berkaitan dengan masalah yang ingin dipecahkan.²

Hasil dan Pembahasan

Di dalam bimbingan perlu adanya interaksi sosial yang harus terjalin dengan baik, pemaparkan beberapa definisi interaksi sosial antara lain, Di dalam interaksi selalu terjadi kontak dan terjalin hubungan antara individu satu dan individu yang lain. bahwa interaksi sosial adalah hubungan antara individu dengan individu lain, individu dengan kelompok, dan kelompok dengan kelompok yang saling mempengaruhi dan terdapat timbal balik antar keduanya.³

Adapun beberapa pengertian yang lain tentang interaksi sosial antara lain: (a) interaksi sosial merupakan hubungan antara individu satu dengan individu lain, individu satu dapat mempengaruhi individu yang lain atau sebaliknya, jadi terdapat adanya hubungan yang saling timbal balik serta interaksi sosial merupakan kunci semua kehidupan sosial karena tanpa interaksi sosial, tak akan mungkin ada kehidupan bersama.⁴ (b) Interaksi sosial merupakan hubungan hubungan sosial yang dinamis yang menyangkut hubungan orang perorang, antara kelompok-kelompok manusia, maupun antara orang perorang dengan kelompok manusia Dalam berinteraksi seseorang individu atau kelompok sosial sedang berusaha atau belajar untuk memahami tindakan sosial seorang individu ataupun kelompok sosial lain.⁵ (c) interaksi sosial bisa di katakan komunikasi interpersonal, hubungan beberapa orang yang terjadi diantara mereka dapat dikatakan sebagai komunikasi kelompok, kontak dengan media apakah surat kabar, televisi dan lain lain serta hubungan antara orang perorang, antara kelompok - kelompok manusia, maupun antara orang perorang dengan kelompok manusia.⁶ (d) berinteraksi dengan orang lain akan dimiliki oleh individu sampai akhir hayat. Namun, sebagian dari individu masih merasa kesepian ketika tidak memiliki lawan interaksi untuk berbagi masalah.⁷

Pada penjelasan jurnal terkait interaksi sosial ini dapat di tarik kesimpulan yaitu hubungan yang bersangkutan dengan orang perorang , antara kelompok manusia yang dikaitkan dengan komunikasi untuk memahami keadaan sosial sekitar.

Melihat interaksi sosial yang membahas tentang kepribadian seseorang, disini juga di singgung tentang kepribadian introvert adapun pengertian kepribadian introvert sendiri yaitu: (a) kepribadian merupakan suatu organisasi psikofisis yang dinamis dari seseorang yang menyebabkan ia dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.⁸ (b) kepribadian adalah suatu totalitas terorganisir dari disposisi-disposisi psikis manusia yang individual, yang memberi kemungkinan untuk membedakan ciri-cirinya yang umum dengan kepribadian lainnya. Satu totalitas artinya satu kesatuan yang tidak dapat dibagi atau dipisahkan satu dengan yang lainnya. Disposisi adalah kesediaan kecenderungan-kecenderungan untuk bertindak laku tertentu, yang sifatnya lebih kurang tetap/konstan dan terarah pada tujuan tertentu (dalam konteksnya kepribadian akan selalu berkembang dan bersifat dinamis, tetapi ada disposisi-disposisi pokok

²Krippendoff, Klaus. 1993. *Analisis Isi: Pengantar Teori dan Metodologi*. Jakarta: Citra Niaga Rajawali Press.

³Mistio Mesa Fernanda, Afriqal Sano, *Hubungan Antara Kemampuan Berinteraksi Sosial Dengan Hasil Belajar, Nurfarhanab. Jurnal Ilmiah Konseling* Halaman 1 – 7

⁴ Virgia Ningrum Fatnar, Choirul Anam, 2014. *Kemampuan Interaksi Sosial Antara Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Dengan Yang Tinggal Bersama Keluarga*. EMPATHY, Jurnal Fakultas Psikologi Vol. 2, No 2

⁵ indah Puji Lestari. 2013. *Interaksi Sosial Komunitas Samin Dengan Masyarakat Sekitar*. Jurnal Komunitas Komunitas 5 (1) 74-86

⁶ Ahmad Sihabudin, Basita Ginting S, Djoko Susanto, Pang S Asngari 2010 *Pengaruh Interaksi Sosial Komunitas Adat Budaya Luar Terhadap Persepsinya pada Kebutuhan Keluarga*. Jurnal Penyuluhan, Vol. 6 No.1

⁷ Agung Sanjaya, Iwan Rusdi, *Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kesepian Pada Lansia*, Jurnal Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara

⁸ Sujanto, Agus, dkk. 1984. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta : Penerbit Aksara Baru, hal 63

yang sifatnya tetap). Individuil berarti bahwa setiap orang memiliki kepribadiannya sendiri yang khas, yang tidak identik dengan orang lain.⁹ (c) Kepribadian merupakan hal perpaduan antara keseluruhan pembawaan dengan pengaruh lingkungan. Kepribadian bertumbuh dan berkembang terus sepanjang hidup. Suatu perumpamaan yang dapat dipakai adalah kalau tubuh kita diibaratkan sebuah kendaraan bermotor, maka kepribadian adalah pengemudinya, pengemudi itu akan berubah sesuai dengan perubahan umur dan pengalaman hidup, begitu juga dengan kepribadian.¹⁰

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kepribadian merupakan ciri yang khas, ciri yang membedakan seseorang dari orang yang lainnya. Kepribadian adalah kesatuan organisasi yang dinamis dari sistem psikophisis individu, yang menentukan penyesuaian diri individu secara khas terhadap lingkungan.

Setelah membahas tentang kepribadian, adapun pembahasan selanjutnya mengenai membahas tentang introvert, Sikap introvert mengarahkan individu pada dunia dalam subjektif, tindakan dan pemikirannya bersifat subjektif. Orang introvert cenderung memiliki konsep diri yang negatif karena kurang percaya diri serta menghindari komunikasi dengan orang lain. Ia takut orang lain akan mengejeknya. Dalam situasi komunikasi, ia akan lebih banyak diam.

Adapun beberapa pengertian introvert sendiri yaitu: (a) menjelaskan bahwa individu yang memiliki tipe kepribadian introvert digambarkan sebagai individu yang ragu-ragu, reflektif, defensif, dan senang bersembunyi di balik rasa ketidakpercayaan.¹¹ (b) Orang introvert akan mengalami gangguan atau hambatan dalam komunikasi interpersonal. Individu dengan karakteristik introvert suka menyendiri dan seringkali mengabaikan faktor eksternal yang penting.¹² (c) Mendefinisikan bahwa individu introvert memiliki ciri organisasi kognitif yang tertutup oleh kepercayaan dan ketidakpercayaan tentang realitas, diorganisasikan oleh kepercayaan yang absolut dan didominasi oleh kerangka pikir yang tidak dapat mentoleransi orang lain.¹³

Dan adapun beberapa ciri pribadi introvert antara lain (a) tertutup, merasa sendiri, sensitif, penyesuaian dengan dunia di luar dirinya kurang baik, sukar bergaul dan kurang dapat menarik hati orang lain.¹⁴ (b) menyatakan bahwa individu yang tertutup, suka menyendiri, tidak mudah membuka informasi pribadinya, menarik diri dari lingkungan, dan pendiam cenderung dalam tipe kepribadian introvert dan ada tipe kepribadian introvert yaitu cenderung menarik diri dan tenggelam dalam pengalaman-pengalaman batinnya sendiri.¹⁵ (c) Kepribadian introvert memiliki ciri dimana dalam menghadapi sesuatu banyak dipengaruhi oleh faktor subyektif yang berasal dari dunia batin sendiri, sebaliknya kepribadian ekstrovert memiliki ciri lebih terbuka dan lebih dapat bersosialisasi. Perbedaan kedua kepribadian tersebut berpengaruh pula dengan kemampun berkomunikasi dan bersosialisasi.¹⁶

Dapat di simpulkan bahwa introvet merupakan gangguan atau hambatan dalam komunikasi interpersonal. memiliki ciri organisasi kognitif yang tertutup oleh kepercayaan dan ketidakpercayaan tentang realitas serta tertutup, merasa sendiri, sensitif, penyesuaian dengan dunia di luar dirinya kurang baik, sukar bergaul dan kurang dapat menarik hati orang lain. Dan

⁹ Kartono, K. 1979. *Teori Kepribadian*. Bandung : Penerbit Alumni, hal 39

¹⁰ Heerdjan, S. 1987. *Apa itu Kesehatan Jiwa?*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, hal 51

¹¹ Budiraharjo, P. (editor). 1997. *Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir*. Yogyakarta : Kanisius, hal 67

¹² Keating, J.C. 1987. *Bagaimana Menghadapi Orang Sulit*. Yogyakarta : Kanisius, hal 30

¹³ Rakhmat, J. (editor). 1986. *Teori-teori Komunikasi*. Bandung : CV. Remadja Karya, hal 136

¹⁴ Suryabrata, S. 1983. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: C.V. Rajawali, hal 194

¹⁵ Anggraeni, Achyar Nawi Husain, Syamsul Arifin, 2014, *Hubungan Tipe Kepribadian Introvert Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Kelas X Di Sman 1 Banjarmasin*, *Berkala Kedokteran*, Vol.10, No.1

¹⁶ Siswoto Hadi Prayitno, 2018, *Hubungan Antara Kepribadian Introvert Dan Ekstrovert Dengan Speaking Skill Mahasiswa Prodi D III Keperawatan Tabun Akademik 2017/2018*, Vol. 14, No. 1

kepribadian introvert digambarkan sebagai individu yang ragu-ragu, reflektif, defensif, dan senang bersembunyi di balik rasa ketidakpercayaan.

Kalaupun sudah ada penjelasan masalah kepribadian introvert ini perlu ada pembahasan tentang adaptasi pada lingkungan baru agar ada pandangan bagaimana adaptasi lingkungan baru bisa terbentuk. Adapun beberapa pengertian adaptasi antara lain: (a) setiap individu harusnya menjalani proses adaptasi pada lingkungan sekitarnya ataupun berinteraksi dengan lingkungan baru yang berbeda budaya. Kim menemukan dua tahap adaptasi, yaitu cultural adaptation dan cross-cultural adaptation. Dan disini saya mengambil kultur adaptasinya yaitu proses dasar komunikasi yaitu di mana ada penyampai pesan, medium dan penerima pesan. Proses ini sebagai tingkat perubahan yang terjadi ketika individu pindah ke lingkungan yang baru. Terjadi proses pengiriman pesan oleh penduduk lokal di lingkungan baru tersebut yang dapat dipahami oleh individu pendatang, hal ini dinamakan kebudayaan masyarakat sekitar. kebudayaan masyarakat sekitar akan terjadi jika ada sosialisasi.¹⁷ (b) bahwa makhluk hidup itu harus melakukan adaptasi agar yang tidak cocok dapat di selaraskan, sehingga dapat hidup dan di terima oleh lingkungan baru. lingkungan baru ini memiliki perbedaan dengan tempat asal, seperti lingkungan, budaya, dan sosial¹⁸ (c) menyatakan Adaptasi sosial adalah proses perubahan dan akibatnya pada seseorang dalam suatu kelompok social sehingga orang itu dapat hidup atau berfungsi lebih baik di lingkungannya. ada lima tipe pola adaptasi sosial individu empat di antara lima tipe itu merupakan perilaku menyimpang, antara lain: a. Adaptasi konformitas yaitu mengikuti cara atau tujuan yang sudah di sepakati masyarakat b. Adaptasi inovasi yaitu perilaku seseorang mengikuti tujuan yang ditentukan masyarakat tetapi menggunakan cara yang dilarang oleh masyarakat sekitar c. Adaptasi ritualisme yaitu perilaku seseorang telah meninggalkan tujuan budaya tetapi masih tetap berpegangan pada cara yang di tetapkan oleh masyarakat sekitar d. Adaptasi retreatisme yaitu Bentuk adaptasi pada seseorang tidak mengikuti tujuan dan cara yang dikehendaki oleh masyarakat sekitar e. Adaptasi pemberontakan bentuk adaptasi ini tidak lagi mengakui struktur sosial yang ada dan ingin menciptakan struktur sosial yang baru¹⁹

Setelah mengetahui permasalahan yang mau di angkat oleh penulis maka penulis menawarkan layanan konseling perorangan dengan Di dalam tulisan ini adapun penawaran layanan yang di berikan seseorang yang mempunyai kepribadian introvert ini menggunakan layana konseling perorangan, layanan konseling perorangan sendiri di harapkan bisa membantu seorang yang mempunyai kepribadian individu tersebut bisa beradaptasi dan mempunyai kontrol sosial yang baik pada lingkungan yang baru. Adapun layanan bantuan yang di gunakan untuk membantu seseorang yang mempunyai kepribadian introvert ini dengan layanan konseling perorangan. Layanan konseling perorangan merupakan layanan yang memungkinkan seseorang mendapatkan layanan langsung tatap muka (secara perorangan) untuk membahas dan menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya dan perkembangan dirinya. Layanan konseling perorangan berfungsi untuk menuntaskan permasalahan seseorang individu. Pelaksanaan pemberian bantuan ini adapun langkah langkahnya atau tahapan sebagai berikut, antara lain : (a) Tahap pembukaan (b) Tahap penjelasan (eksplorasi) (c) Tahap pengubahan tingkah laku (d) Tahap penilaian / tindak lanjut

Dengan tahap bantuan di atas di harapkan bisa membantu seseorang yang mempunyai kepribadian introvert agar bisa melakukan interaksi pada lingkungan yang baru dengan baik

¹⁷ Lusya Savitri Setyo Utami, 2015, *Teori-Teori Adaptasi Antar Budaya*, Jurnal Komunikasi Vol. 7, No. 2

¹⁸ Lukman Solihin, 2013, *Mereka Yang Memilih Tinggal Telaah Strategi Adaptasi Mahasiswa Perantau Bugis-Makassar Di Melbourne, Australia*, Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, Vol. 19, Nomor 2

¹⁹ Yunita Eka Andini, 2015, *Studi Pola Adaptasi Sosial Anak Autis Pada Sekolah Inklusif Di Sdn 7 Sidokumpul Gresik Dan Sdn 1 Tlogopatut Gresik*, Jurnal Pendidikan Khusus

dengan memasukkan konsep komunikasi interpersonal kedalam materi layanan bimbingan perorangan tersebut.

Adapun komunikasi interpersonal ini bisa dilihat pada penjelasan dibawah ini, ada beberapa pengertian tentang komunikasi interpersonal ini antara lain: (a) bahwasannya komunikasi interpersonal adalah usaha untuk menjaga hubungan dengan melakukan perbaikan-perbaikanmencegah adanya permasalahan dan memperbaiki masalah yang telah terjadiAdapun tujuan komunikasi interpersonal adalah: a. Untuk belajar (to learn) b. Untuk berhubungan (to relate) c. Untuk mempengaruhi (to influence) d. Untuk bermain (to play) e. Untuk menolong (to help)²⁰(b) komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang-orang secara tatap muka untuk menimbulkan reaksi langsung baik secara verbal maupun non verbal.(c) Komunikasi interpersonal sebagai proses yang menggunakan pesan-pesan untuk mencapai kesamaan makna antara-paling tidak-antara dua orang dalam sebuah situasi yang memungkinkan adanya kesempatan yang sama bagi pembicara dan pendengar.²¹

Adapun ciri –ciri Komunikasi Interpersonal ada lima aspek yang merupakan ciri - ciri dari komunikasi interpersonal, antara lain : (1)Komunikasi interpersonal biasanya terjadi secara spontan dan tanpa tujuanterlebih dahulu. Maksudnya, bahwa biasanya komunikasi interpersonalterjadi secara kebetulan tanpa rencana sehingga pembicaraan terjadi secarasontan. (2) Komunikasi interpersonal mempunyai akibat yang direncanakan maupun tidak terencana. (3) Komunikasi interpersonal biasanya berlangsung berbalasan. Salah satucirri khas komunikasi interpersonal adalah adanya timbale balik bergantiandalam saling member maupun menerima informasi antara komunikatordan komunikan secara bergantian sehingga tercipta suasana dialogis. (4) Komunikasi interpersonal biasanya dalam suasana kedekatan ataucenderung menghendaki keakraban. Untuk mengarah kepada suasana kedekatan atau keakraban tentunya kedua belah pihak yaitu komunikatordan komunikan harus berani membuka hati, siap menerimaketerusterangan pihak lain. (5) Komunikasi interpersonal dalam pelaksanaannya lebih menonjol dalampendekatan psikologis daripada unsure sosiologisnya. Hal ini karena adanya unsur kedekatan atau keakraban yang terbatas pada dua ataudengan paling banyak tiga individu saja yang terlibat. Sehingga faktor-faktor yang mempengaruhi kejiwaan seseorang lebih mudah terungkapdalam komunikasi tersebut²²

Komunikasi interpersonal mungkin mempunyai beberapa tujuan. Di sini akan dipaparkan 6 tujuan, antara lain: (1) Menemukan Diri Sendiri. Salah satu tujuan komunikasi interpersonal adalah menemukan personal atau pribadi. Bila kita terlibat dalam pertemuan interpersonal dengan orang lain kita belajar banyak sekali tentang diri kita maupun orang lain. Komunikasi interpersonal memberikan kesempatan kepada kita untuk berbicara tentang apa yang kita sukai, atau mengenai diri kita. Adalah sangat menarik dan mengasyikkan bila berdiskusi mengenai perasaan, pikiran, dan tingkah laku kita sendiri. Dengan membicarakan diri kita dengan orang lain, kita memberikan sumber balikan yang luar biasa pada perasaan, pikiran, dan tingkah laku kita. (2) Menemukan Dunia Luar. Hanya komunikasi interpersonal menjadikan kita dapat memahami lebih banyak tentang diri kita dan orang lain yang berkomunikasi dengan kita. Banyak informasi yang kita ketahui datang dari komunikasi interpersonal, meskipun banyak jumlah informasi yang datang kepada kita dari media massa hal itu seringkali didiskusikan dan akhirnya dipelajariatau dialami melalui interaksi interpersonal. (3) Membentuk Dan Menjaga Hubungan Yang Penuh Arti. Salah satu keinginan orang yang paling besar adalah membentuk dan memelihara hubungan dengan orang lain. Banyak dari waktu kita pergunakan dalam komunikasi interpersonal diabadikan untuk membentuk dan menjaga

²⁰ Yenny Wijayanti, 2013, *Proses Komunikasi Interpersonal Ayah Dan, Anak Dalam Menjaga Hubungan*, Jurnal E – Komunikasi Vol I. No.3

²¹<https://pakarkomunikasi.com/komunikasi-interpersonal> di akses pada tanggal 2 november 2018

²²Rakhmat, Jalaudin.1966.Psikologi Komunikasi.Bandung:Remaja Rosdakarya. Hal 160

hubungan sosial dengan orang lain. (4) Berubah Sikap Dan Tingkah Laku. Banyak waktu kita pergunakan untuk mengubah sikap dan tingkah laku orang lain dengan pertemuan interpersonal. Kita boleh menginginkan mereka memilih cara tertentu, misalnya mencoba diet yang baru, membeli barang tertentu, melihat film, menulis membaca buku, memasuki bidang tertentu dan percaya bahwa sesuatu itu benar atau salah. Kita banyak menggunakan waktu waktu terlibat dalam posisi interpersonal. (5) Untuk Bermain Dan Kesenangan. Bermain mencakup semua aktivitas yang mempunyai tujuan utama adalah mencari kesenangan. Berbicara dengan teman mengenai aktivitas kita pada waktu akhir pekan, berdiskusi mengenai olahraga, menceritakan cerita dan cerita lucu pada umumnya hal itu adalah merupakan pembicaraan yang untuk menghabiskan waktu. Dengan melakukan komunikasi interpersonal semacam itu dapat memberikan keseimbangan yang penting dalam pikiran yang memerlukan rileks dari semua keseriusan di lingkungan kita. (6) Untuk Membantu Ahli-ahli kejiwaan, ahli psikologi klinis dan terapi menggunakan komunikasi interpersonal dalam kegiatan profesional mereka untuk mengarahkan kliennya. Kita semua juga berfungsi membantu orang lain dalam interaksi interpersonal kita sehari-hari. Kita berkonsultasi dengan seorang teman yang putus cinta, berkonsultasi dengan mahasiswa tentang mata kuliah yang sebaiknya diambil dan lain sebagainya.²³

Adapun tujuan lain dari komunikasi interpersonal ini yaitu: (a) Mengungkapkan perhatian kepada orang lain salah satu tujuan komunikasi interpersonal adalah untuk mengungkapkan perhatian kepada orang lain (b) Menemukan diri sendiri Artinya, seorang melakukan komunikasi interpersonal karena ingin mengetahui dan mengenali karakteristik diri pribadi berdasarkan informasi dari orang lain (c) Menemukan dunia luar dalam artian Dengan komunikasi interpersonal diperoleh kesempatan untuk mendapatkan berbagai informasi dari orang lain, termasuk informasi penting dan actual (d) Membangun dan memelihara hubungan yang harmonis, Sebagai makhluk sosial, salah satu kebutuhan setiap orang yang paling besar adalah membentuk dan memelihara hubungan baik dengan orang lain (e) Mempengaruhi sikap dan tingkah laku, Komunikasi interpersonal ialah proses penyampaian suatu pesan oleh seseorang kepada orang lain untuk memberitahu atau mengubah sikap, pendapat, atau perilaku baik secara langsung maupun tidak langsung (dengan menggunakan media) (f) Mencari kesenangan atau sekedar menghabiskan waktu, Ada kalanya, seseorang melakukan komunikasi interpersonal sekedar mencari kesenangan atau hiburan (g) Menghilangkan kerugian akibat salah komunikasi, Komunikasi interpersonal dapat menghilangkan kerugian akibat salah komunikasi (miscommunication) dan salah interpretasi (mis interpretation) yang terjadi antara sumber dan penerima pesan (h) Memberikan bantuan (konseling) Ahli-ahli kejiwaan, ahli psikologi klinis dan terapi menggunakan komunikasi interpersonal dalam kegiatan profesional mereka untuk mengarahkan kliennya.²⁴

Pembahasan

Dalam pembahasan tentang semua yang sudah di jelaskan pada bagian di atas, meliputi latar belakang rumusan masalah serta kajian teoritik. Disini pembahasan menawarkan beberapa layanan untuk perseorangan untuk seseorang yang mempunyai kepribadian introvert agar bisa beradaptasi dengan lingkungan baru dengan layanan konseling perorangan dengan memasukkan konsep komunikasi interpersonal. Berikut ini adalah tahapan untuk Layanan konseling perorangan ialah:

1. Tahap pembukaan

²³Muhammad, Arni.1995.Komunikasi organisasi.Jakarta:Bumi Aksara. hal 165-168

²⁴ Widya P. Pontoh, 2013, *Peranan Komunikasi Interpersonal Guru Dalam Meningkatkan Pengetahuan Anak*, Journal "Acta Diurna" Vol I.No.I

Tahap pembukaan disini seseorang yang mempunyai kepribadian introvert itu di beri pertanyaan tentang kenapa sulit untuk beradaptasi pada lingkungan baru serta menanyakan semua hal tentang sulitnya beradaptasi dengan baik

2. Tahap penjelasan (eksplorasi)

Tahap penjelasan disini menjelaskan realitanya tentang ruginya kalau seseorang tersebut tidak bisa atau sulit untuk beradaptasi di lingkungan yang baru, sedangkan seseorang tersebut juga hidup dan beraktifitas pada lingkungan baru, jadi seseorang introvert ini di tekankan kepada pemikiran rasionalnya jika tidak bisa beradaptasi kepada lingkungan baru, serta di berikan dampak pengaruh dari sikap yang tidak bisa beradaptasi pada lingkungan baru

3. Tahap perubahan tingkah laku (memasukkan beberapa konsep komunikasi interpersonal) antara lain:

a. Menemukan diri sendiri

Menemukan diri sendiri ini bukan berarti berbeda dengan kepribadian lingkungan sekitarnya, tetapi menemukan jati diri seseorang introvert ini pada lingkungan barunya bukan untuk ambisi individualisme saja tetapi mencari jati diri dari lingkungan yang baru untuk bermanfaat bagi lingkungan baru, menemukan diri yang simpel bisa dengan mengamati terlebih dahulu situasi dan kondisi masyarakat sekitar, dan kalau bisa lebih bisa menyesuaikan dengan lingkungan tersebut baik secara tindakan, sifat maupun tingkah laku.

b. Menemukan dunia luar

Menemukan dunia luar ini bisa dilakukan dengan menemukan dunia di lingkungan yang baru tersebut seperti mengikuti acara di lingkungan baru tersebut, mengikuti peraturan lingkungan tersebut, dan intinya mengikuti semua kegiatan yang itu bisa menemukan dunia baru di lingkungan yang baru

c. Membangun dan memelihara hubungan yang harmonis

Membangun hubungan dan memeliharanya dengan baik ini, seseorang yang datang pada lingkungan baru, harus menjaga semua tindakan maupun tutur sapa, karena dari tindakan dan tutur sapa seseorang yang berada di lingkungan yang baru ini jika dilihat oleh masyarakat sekitar bahwasannya seseorang tersebut di katakan baik pasti seseorang yang berada di lingkungan baru tersebut bisa di segani oleh masyarakat pada lingkungan baru tersebut. Hal tersebut bisa menimbulkan pembangunan dan pemeliharaan hubungan yang harmonis terhadap masyarakat sekitar lingkungan baru tersebut.

4. Tahap penilaian / tindak lanjut

Untuk tahapan tindak lanjut sendiri ini, seseorang yang memberikan bantuan melihat perkembangan seseorang yang memiliki kepribadian introvert ini untuk menanyakan perubahan sikapnya terhadap adaptasi lingkungan baru dengan mengadakan pertemuan secara empat mata untuk membahas apakah tawaran penyelesaian masalah ini bisa menyelesaikan permasalahan seseorang dengan kepribadian introvert yang sulit beradaptasi pada lingkungan yang baru

Kesimpulan

Pada penulisan kali ini dapat di simpulkan ada beberapa penawaran untuk mengatasi permasalahan yang menyangkut seseorang yang mempunyai kepribadian introvert 1.Tahap pembukaan disini seseorang yang mempunyai kepribadian introvert itu di beri pertanyaan tentang kenapa sulit untuk beradaptasi pada lingkungan baru serta menanyakan semua hal tentang sulitnya beradaptasi dengan baik2. Tahap penjelasan (eksplorasi) disini menjelaskan realitanya tentang ruginya kalau seseorang tersebut tidak bisa atau sulit untuk beradaptasi di lingkungan yang baru, sedangkan seseorang tersebut juga hidup dan beraktifitas pada lingkungan baru, jadi seseorang introvert ini di tekankan kepada pemikiran rasionalnya jika tidak bisa beradaptasi kepada lingkungan baru, serta di berikan dampak pengaruh dari sikap

yang tidak bisa beradaptasi pada lingkungan baru 3. Tahap pengubahan tingkah laku (memasukkan beberapa konsep komunikasi interpersonal) antara lain: a. Menemukan diri sendiri ini bukan berarti berbeda dengan kepribadian lingkungan sekitarnya, tetapi menemukan jati diri seseorang introvert ini pada lingkungan barunya bukan untuk ambisi individualisme saja tetapi mencari jati diri dari lingkungan yang baru untuk bermanfaat bagi lingkungan baru, menemukan jati diri yang simpel bisa dengan mengamati terlebih dahulu situasi dan kondisi masyarakat sekitar, dan kalau bisa lebih bisa menyesuaikan dengan lingkungan tersebut baik secara tindakan, sifat maupun tingkah laku b. Menemukan dunia luar ini bisa dilakukan dengan menemukan dunia di lingkungan yang baru tersebut seperti mengikuti acara di lingkungan baru tersebut, mengikuti peraturan lingkungan tersebut, dan intinya mengikuti semua kegiatan yang itu bisa menemukan dunia baru di lingkungan yang baru c. Membangun dan memelihara hubungan yang harmonis Membangun hubungan dan memeliharanya dengan baik ini, seseorang yang datang pada lingkungan baru, harus menjaga semua tindakan maupun tutur sapa, karena dari tindakan dan tutur sapa seseorang yang berada di lingkungan yang baru ini jika dilihat oleh masyarakat sekitar bahwasannya seseorang tersebut di katakan baik pasti seseorang yang berada di lingkungan baru tersebut bisa di segani oleh masyarakat pada lingkungan baru tersebut. Hal tersebut bisa menimbulkan pembangunan dan pemeliharaan hubungan yang harmonis terhadap masyarakat sekitar lingkungan baru tersebut. 4. Tahap penilaian / tindak lanjut seseorang yang memberikan bantuan melihat perkembangan seseorang yang memiliki kepribadian introvert ini untuk menanyakan perubahan sikapnya terhadap adaptasi lingkungan baru dengan mengadakan pertemuan secara empat mata untuk membahas apakah tawaran penyelesaian masalah ini bisa menyelesaikan permasalahan seseorang dengan kepribadian introvert yang sulit beradaptasi pada lingkungan yang baru

Daftar Pustaka

- Agung Sanjaya, Iwan Rusdi, Hubungan Interaksi Sosial Dengan Kesepian Pada Lansia, Jurnal Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara.
- Ahmad Sihabudin, Basita Ginting S, Djoko Susanto, Pang S Asngari, Pengaruh Interaksi Sosial Komunitas Adat Budaya Luar Terhadap Persepsinya pada Kebutuhan Keluarga. Jurnal Penyuluhan, Vol. 6 No.12010.
- Ahmad, Abu. Sosiologi Pendidikan, Surabaya Bima Ilmu. 1982.
- Anggraeni, Achyar Nawi Husain, Syamsul Arifin, Hubungan Tipe Kepribadian Introvert Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Kelas X Di Sman 1 Banjarmasin, Berkala Kedokteran, Vol.10, No.1 2014.
- Arni, Muhammad. Komunikasi organisasi. Jakarta: Bumi Aksara. 1995
- Budiraharjo, P. (editor). Mengenal Teori Kepribadian Mutakhir. Yogyakarta : Kanisius 1997.
- Fina Husniati, Peningkatan Motivasi Diri Bagi Siswa Introvert Melalui Layanan Bibliokonseling Di SMP Islam Al Hidayah Mojokerto, (Skripsi, Surabaya, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Heerdjan, S. Apa itu Kesehatan Jiwa?. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. 1987.
- Hikmawati, Fenti. Bimbingan Konseling. Jakarta: Rajawali Pers 2011.
- <https://pakarkomunikasi.com/komunikasi-interpersonal> di akses pada tanggal 2 november 2018
- Indah Puji Lestari. Interaksi Sosial Komunitas Samin Dengan Masyarakat Sekitar. Jurnal Komunitas Komunitas 5 (1) 2013.74-86.
- Kartono, K. 1979. Teori Kepribadian. Bandung : Penerbit Alumni.
- Keating, J.C. 1987. Bagaimana Menghadapi Orang Sulit. Yogyakarta : Kanisius.
- Krippendoff, Klaus. 1993. Analisis Isi: Pengantar Teori dan Metodologi. Jakarta: Citra Niaga Rajawali Press.

- Lukman Solihin, Mereka Yang Memilih Tinggal Telaah Strategi Adaptasi Perantau Bugis-Makassar Di Melbourne, Australia, Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, Vol. 19, Nomor 2, Mahasiswa 2013.
- Lusia Savitri Setyo Utami, Teori-Teori Adaptasi Antar Budaya, Jurnal Komunikasi Vol. 7, 2015, No. 2.
- Mistio Mesa Fernanda, Afrizal Sano, Hubungan Antara Kemampuan Berinteraksi Sosial Dengan Hasil Belajar, Nurfarhanah. Jurnal Ilmiah Konseling Halaman 1 – 7.
- Mochamad Nursalim, bimbingan dan konseling pribadi – sosial, yogyakarta, ladang kata.
- Prastowo, Andi 2012. Metode Penelitian Kualitatif dalam Prespektif Rancangan Penelitian. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Rakhmat, jallaludin, Psikologi Komunikasi, Bandung :PT Remaja Rosdakarya.2007.
- Siswoto Hadi Prayitno, Hubungan Antara Kepribadian Introvert Dan Ekstrovert Dengan Speaking Skill Mahasiswa Prodi D III Keperawatan Tahun Akademik 2017/2018, Vol. 14, 2018, No. 1.
- Sujanto, Agus, dkk. 1984. Psikologi Kepribadian. Jakarta : Penerbit Aksara Baru.
- Suryabrata, S. 1983. Psikologi Kepribadian. Jakarta: C.V. Rajawali..
- Tohirin, Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah (berbasis integrasi). Jakarta: Rajawali Pers 2009.
- Virgia Ningrum Fatnar, Choirul Anam, Kemampuan Interaksi Sosial Antara Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Dengan Yang Tinggal Bersama Keluarga. EMPATHY, Jurnal Fakultas Psikologi Vol. 2, No 22014.
- Widya P. Pontoh, Peranan Komunikasi Interpersonal Guru Dalam Meningkatkan Pengetahuan Anak, Journal “Acta Diurna” Vol I, 2013, No.I .
- Yenny Wijayanti, Proses Komunikasi Interpersonal Ayah Dan, Anak Dalam Menjaga Hubungan, Jurnal E-Komunikasi Vol I.2013, No.3 .
- Yunita Eka Andini, Studi Pola Adaptasi Sosial Anak Autis Pada Sekolah Inklusif Di Sdn 7 Sidokumpul Gresik Dan Sdn 1 Tlogopatut Gresik, Jurnal Pendidikan Khusus 2015.