

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1 Komunikasi Interpersonal

2.1.1 Pengertian Komunikasi

Kata komunikasi atau communication dalam bahasa Inggris berasal dari kata Latin communication, dan bersumber dari kata comunis yang berarti “sama”. Sama di sini maksudnya sama makna (Effendi, 2006). Everett M. Roger (Cangara, 2002) membuat definisi bahwa : “ Komunikasi adalah proses dimana suatu ide dialihkan dari sumber kepada satu penerima atau lebih, dengan maksud untuk mengubah tingkah laku mereka.

Komunikasi diartikan sebagai proses pemberitahuan dari satu pihak ke pihak lain yang dapat berupa rencana-rencana, instruksi-instruksi, petunjuk-petunjuk, saran-saran dan sebagainya (Rahmat, 2002). Proses pemberitahuan informasi antar pihak itu merupakan suatu hubungan komunikasi. Hubungan antar manusia mungkin tumbuh dan maju menjadi kuat dan bermakna, tetapi hubungan tersebut mungkin juga mundur dan menyusut menjadi lemah dan tidak bermakna.

Carl I. Hovland (Widjaja, 2000) mendefinisikan komunikasi sebagai suatu proses dimana seseorang memindahkan perangsang yang biasanya berupa lambang kata-kata untuk mengubah perilaku orang lain. Dengan demikian komunikasi itu adalah persamaan pendapat dan untuk kepentingan itu maka orang harus mempengaruhi orang lain dahulu sebelum orang lain itu berpendapat, bersikap, bertingkah laku yang sama.

Berdasarkan pendapat dari beberapa tokoh diatas dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah penyampaian informasi dan pengertian dari seseorang kepada orang lain. Komunikasi akan dapat berhasil apabila sekiranya timbul saling pengertian, yaitu jika kedua belah pihak dapat memahaminya

2.1.2 Komunikasi interpersonal

Komunikasi Interpersonal (*interpersonal communication*) atau komunikasi antar pribadi adalah interaksi tatap muka antar dua atau beberapa orang, dimana pengirim dapat menyampaikan pesan secara langsung pula (Hardjana, 2007). Komunikasi Interpersonal merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari seluruh aktivitas semua manusia. Daryanto (2011) mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai komunikasi yang terjadi antara dua orang atau lebih yang dapat berlangsung secara tatap muka atau menggunakan media dan pesan disampaikan dan diterima secara simultan dan spontan.

De Vito (2011) mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai interaksi antara dua orang atau sekelompok kecil orang dengan beberapa efek dan umpan balik segera. Komunikasi interpersonal adalah proses komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih secara tatap muka (Cangara, 2004).

Armi Muhammad (2002) mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai proses pertukaran informasi diantara seseorang dengan paling kurang seorang lainnya atau biasanya diantara dua orang yang dapat langsung diketahui baliknya. Komunikasi interpersonal merupakan format komunikasi yang paling sering dilakukan oleh semua orang dalam hidupnya.

Gerard E Miller (Daryanto, 2011) mengemukakan bahwa komunikasi sebagai situasi-situasi yang memungkinkan suatu sumber mentransmisikan suatu pesan kepada seorang penerima dengan disadari untuk mempengaruhi perilaku penerima. Proses komunikasi minimal terdiri dari tiga unsur utama yaitu pengirim pesan, pesan itu sendiri, dan target penerima pesan. Menurut Sarwono (2002) adalah sebagian dari hubungan atau hal yang membentuk hubungan antar pribadi.

Lain halnya dengan Sasa Djuarsa (2005) menyatakan bahwa terdapat tiga perspektif untuk memahami definisi komunikasi interpersonal yaitu sebagai berikut :

1. Perspektif komponensial, yaitu melihat komunikasi antar pribadi dari komponen-komponennya.
2. Perspektif pengembangan, yaitu melihat komunikasi antar pribadi dari proses pengembangannya.
3. Perspektif relasional, yaitu melihat komunikasi antar pribadi dari hubungannya

Komunikasi interpersonal bersifat dua arah atau timbal balik. Istilah ini disebut dengan *two ways communication*. Apabila dua orang individu atau lebih terlibat dalam suatu percakapan dan terdapat adanya kesamaan makna dari apa yang mereka perbincangkan serta dapat mengubah perilaku orang lain maka dapat dikatakan bahwa komunikasi itu mengarah kepada komunikasi interpersonal yang cukup efektif. Segi efektif dalam hal ini adalah adanya arus balik langsung yang dapat ditangkap baik oleh komunikator maupun komunikan sesuai dengan

lambang-lambang komunikasi verbal atau juga non verbal sebagaimana dipergunakan bila terjadi proses komunikasi

Dari beberapa pendapat tokoh diatas dapat ditarik kesimpulan komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih secara tatap muka dan adanya arus balik langsung yang dapat ditangkap baik oleh komunikator maupun komunikan. Komunikasi interpersonal merupakan suatu proses penyampaian pesan dari seseorang kepada orang lain. Ini berarti komunikasi dikaitkan dengan pertukaran pesan atau informasi yang bermakna diantara orang yang berkomunikasi dapat terjalin dan pesan yang diterima dapat dipahami oleh kedua belah pihak.

2.1.3 Jenis Komunikasi Interpersonal

Cangara (2002) mengatakan bahwa menurut sifatnya, komunikasi interpersonal dapat dibedakan menjadi dua macam yaitu :

1. Komunikasi Diadik (Dyadic Communication)

Komunikasi Diadik adalah proses komunikasi yang berlangsung antara dua orang dalam situasi tatap muka. Komunikasi Diadik dapat dilakukan dalam tiga bentuk yakni percakapan, dialog dan wawancara. Percakapan berlangsung dalam suasana yang bersahabat dan informal. Dialog yang berlangsung dalam situasi yang lebih intim, lebih dalam dan lebih personal, sedangkan wawancara bersifat lebih serius yakni adanya pihak yang dominan pada posisi bertanya dan yang lainnya pada posisi menjawab.

2. Komunikasi Kelompok Kecil (Small Group Communication)

Komunikasi Kelompok Kecil adalah proses komunikasi yang berlangsung antara tiga orang atau lebih secara tatap muka, dimana anggota-anggotanya saling berinteraksi satu sama lainnya.

Berdasarkan uraian diatas, dilihat dari sifatnya komunikasi interpersonal mempunyai 2 macam jenis, yaitu proses komunikasi yang berlangsung antara dua orang dalam situasi tatap muka dan percakapan berlangsung dalam suasana yang bersahabat dan informal. Dan Komunikasi Kelompok Kecil adalah proses komunikasi yang berlangsung antara tiga orang atau lebih secara tatap muka, dimana anggota-anggotanya saling berinteraksi satu sama lainnya.

2.1.4 Syarat Komunikasi Interpersonal

Menurut Sedanayasa (2009) agar komunikasi menjadi efektif maka syarat-syarat berikut perlu diperhatikan yaitu :

1. Menciptakan suasana yang saling menguntungkan.
2. Menggunakan bahasa yang mudah dimengerti bila mungkin bahasa yang digunakan adalah bahasa yang setara.
3. Pesan yang disampaikan menggugah perhatian atau minat bagi pihak komunikan.
4. Pesan yang disampaikan dapat menumbuhkan suatu penghargaan bagi pihak komunikan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa syarat komunikasi agar efektif yaitu menciptakan suasana yang saling menguntungkan, menggunakan bahasa yang mudah dimengerti, pesan yang disampaikan

menggugah perhatian, pesan yang disampaikan dapat menumbuhkan suatu penghargaan bagi pihak komunikan

2.1.5 Karakteristik Komunikasi Interpersonal

Ada tujuh karakteristik yang menunjukkan bahwa suatu komunikasi antara dua individu merupakan komunikasi interpersonal yaitu (Hardjana, 2007):

1. Melibatkan di dalamnya perilaku verbal dan non verbal
2. Melibatkan perilaku spontan, tepat, dan rasional
3. Komunikasi antar pribadi tidak statis, melainkan dinamis
4. Melibatkan umpan balik pribadi, hubungan interaksi, dan koherensi (pernyataan yang satu harus berkaitan dengan yang lain sebelumnya)
5. Komunikasi antar pribadi dipandu oleh tata aturan yang bersifat intrinsik dan ekstrinsik.
6. Komunikasi antar pribadi merupakan suatu kegiatan dan tindakan.
7. Melibatkan didalamnya bidang persuasif

Adapun fungsi dari komunikasi interpersonal adalah berusaha meningkatkan hubungan insani (human relation), menghindari dan mengatasi konflik-konflik pribadi, mengurangi ketidakpastian sesuatu, serta berbagi pengetahuan dan pengalaman dengan orang lain (Cangara, 2002).

Berdasarkan uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa Komunikasi interpersonal dapat meningkatkan hubungan kemanusiaan diantara pihak-pihak yang berkomunikasi. Melalui komunikasi interpersonal seseorang juga dapat berusaha membina hubungan yang baik, sehingga menghindari dan mengatasi terjadinya konflik dengan orang lain.

2.1.6 Aspek-Aspek Komunikasi Interpersonal

Menurut De Vito (2011) komunikasi interpersonal mempunyai lima aspek, yaitu :

- a. Keterbukaan (*Openess*), yaitu penelitian terhadap kualitas keterbukaan dalam komunikasi interpersonal dapat dimengerti paling tidak dari dua hal yaitu pertama berkaitan dengan niat membuka diri pada orang yang berinteraksi. Keinginan untuk menyampaikan informasi yang dimilikinya kepada orang lain. Keinginan membuka diri ini juga berarti mengilangkan sikap tertutupan terhadap masukan-masukan dari orang lain. Kedua, keterbukaan berkaitan dengan niat untuk mengakui perasaan dan pikiran kepada orang lain. Keterbukaan dalam komunikasi interpersonal juga memungkinkan para pelakunya untuk membicarakan masalah-masalah interpersonal yang dialami oleh kedua belah pihak.
- b. Empati (*emphaty*), empati dimaksud untuk merasakan seperti yang dirasakan orang lain, suatu perasaan bersama orang lain, tanpa kehilangan identitas diri, kemampuan berempati meliputi sensitivitas untuk merasakan kejadian-kejadian saat ini mampu mengerti tanda-tanda yang diucapkan ketika komunikasi berlangsung. Pemahaman terhadap orang lain dalam empati dapat berupa pemahaman masa lalu orang tersebut, sikapnya, motivasinya maupun harapan-harapan di masa yang akan datang.
- c. Dukungan (*supportiveness*), ada banyak cara untuk mengungkapkan dukungan kepada orang lain. Dukungan yang tidak diucapkan melalui

kata-kata bukanlah merupakan dukungan yang bernilai negatif, tetapi jauh dari itu mengandung nilai-nilai positif dalam suatu komunikasi.

- d. kepositifan (*positiveness*), kepositifan dalam komunikasi interpersonal dapat diwujudkan dengan dua cara yaitu bersifat positif dan menghargai orang lain. Sikap positif dalam komunikasi interpersonal menjadikan seseorang dapat menghargai dirinya secara positif.
- e. Kesetaraan (*equality*) kesamaan antar perilaku komunikasi merupakan suatu keharusan agar proses komunikasi interpersonal dapat berjalan dengan baik. Dalam komunikasi interpersonal seharusnya ada kesamaan antara pengirim informasi dan penerima informasi. Kesamaan tersebut akan menimbulkan ketidaksetujuan dan konflik dipandang sebagai usaha untuk memahami perbedaan yang tidak dapat dihindari daripada memandangnya sebagai kesempatan untuk menjatuhkan orang lain. Kesamaan berarti menerima yang positif tanpa harus dikondisikan.

Dapat disimpulkan, terdapat 5 aspek dari komunikasi interpersonal yaitu keterbukaan (*openess*), empati (*emphaty*), dukungan (*supportiveness*), rasa positif (*positiveness*), kesetaraan (*equality*).

2.1.7 Faktor Komunikasi Interpersonal

Menurut Rakhmat (2002) agar seseorang bisa menciptakan hubungan interpersonal baik saat dia berhubungan dengan orang lain, maka individu tersebut harus memiliki tiga hal, yaitu :

1. Percaya (*trust*)

Dari berbagai faktor yang mempengaruhi hubungan interpersonal, percaya merupakan faktor yang paling penting. Untuk menumbuhkan atau membangun sebuah hubungan, antara orang yang melakukan hubungan tersebut harus saling mempercayai. Hal ini bisa dilakukan dengan cara saling mengungkapkan lebih banyak tentang pikiran, perasaan dan reaksi mereka terhadap situasi yang mereka hadapi. Atau dengan cara saling menunjukkan penerimaan, dukungan dan kerjasama. Tanpa adanya rasa saling percaya, tidak akan ada rasa pengertian. Hal tersebut akan menghambat perkembangan hubungan interpersonal yang akrab, tingkat kepercayaan dalam melakukan suatu hubungan akan berubah-ubah sesuai dengan kemampuan individu untuk mempercayai dan dapat dipercaya.

Terdapat tiga faktor utama yang dapat menumbuhkan sikap percaya yaitu menerima, empati, dan kejujuran.

a. Menerima

Menerima adalah kemampuan berhubungan dengan orang lain tanpa menilai dan tanpa berusaha mengendalikan. Menerima adalah sikap yang melihat orang lain sebagai manusia, sebagai individu yang patut dihargai. Apabila individu cenderung menilai dan sukar menerima, bisa mengakibatkan hubungan interpersonal tidak berlangsung seperti yang diharapkan. Menerima bukan berarti individu harus menyetujui semua perilaku orang lain atau rela menanggung akibat dari perilakunya.

b. Empati

Orang yang mempunyai rasa empati merupakan orang yang mampu memahami keadaan orang lain dengan menunjukkan reaksi secara emosional ketika orang lain mengalami suatu emosi. Berempati berarti membayangkan diri kita pada kejadian yang menimpa orang lain, berusaha melihat seperti orang lain melihat, dan merasakan seperti orang lain merasakannya.

c. Kejujuran

Untuk mendapatkan suatu tanggapan yang sebenarnya, seseorang individu harus jujur mengungkapkan diri kepada orang lain. Orang lain biasanya menaruh kepercayaan pada orang yang jujur atau tidak menyembunyikan pikiran dan pendapatnya. Kejujuran menyebabkan orang lain menduga perilaku yang dilakukan sehingga akan mendorong orang lain untuk percaya.

2. Sikap Suportif

Sikap suportif adalah sikap yang mengurangi sikap defensif dalam komunikasi. Orang yang defensif cenderung lebih banyak melindungi diri dari ancaman yang ditanggapinya dalam situasi komunikasi ketimbang memahami pesan orang lain. Terdapat beberapa perilaku yang menimbulkan perilaku suportif, antara lain deskripsi, orientasi masalah, spontanitas, persamaan, dan profesionalisme (Rakhmat, 2002).

a. Deskripsi

Deskripsi adalah penyampaian pesan, perasaan dan persepsi tanpa menilai atau mengemukakan kelemahan dan kekurangan orang lain. Deskripsi dapat terjadi

ketika seorang individu mengevaluasi orang lain, tetapi orang tersebut merasa bahwa dia dihargai (menerima orang lain sebagai individu yang patut dihargai).

b. Orientasi Masalah

Orientasi masalah adalah mengkomunikasikan keinginan untuk bekerja sama mencari pemecahan masalah. Mengajak orang lain bersama-sama menetapkan tujuan dan memutuskan bagaimana mencapainya.

c. Spontanitas

Spontanitas artinya sikap jujur dan dianggap tidak menyelimuti motif yang terpendam.

d. Persamaan

Tidak mempertegas perbedaan, dalam melakukan suatu hubungan tidak melihat perbedaan walaupun status berbeda, penghargaan dan rasa hormat terhadap perbedaan-perbedaan pandangan dan keyakinan. Persamaan merupakan sikap memperlakukan orang lain secara horizontal dan demokratis.

e. Profesionalisme

Profesionalisme adalah kesediaan untuk meninjau kembali pendapat diri sendiri, dan mengakui bahwa pendapat pribadi tidak selamanya benar.

3. Terbuka

Membuka diri berarti membagikan kepada orang lain perasaan kita terhadap sesuatu yang telah dikatakan atau dilakukannya, atau perasaan kita terhadap kejadian-kejadian yang baru saja disaksikan. Karakteristik orang yang memiliki sikap terbuka antara lain (Rakhmat, 2002) adalah :

1. Menilai pesan secara objektif, dengan menggunakan data dan ketetapan logika.
2. Mampu membedakan dengan mudah mana yang benar, salah atau tengah-tengah.
3. Berorientasi pada isi. Orang yang bersikap terbuka akan melihat apa yang dibicarakan bukan siapa yang bicara.
4. Mencari informasi dari berbagai sumber. Orang yang terbuka tidak akan hanya mempercayai sumber informasi mereka sendiri, namun mereka akan meneliti tentang orang lain dari sumber lain.
5. Lebih bersifat profesional dan bersedia mengubah kepercayaannya.
6. Mencari pengertian pesan yang tidak sesuai dengan rangkaian kepercayaannya. Orang yang terbuka akan mencari informasi yang tidak sesuai dengan pendapatnya dan akan mencari kebenaran informasi tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa agar seseorang bisa menciptakan hubungan interpersonal baik saat dia berhubungan dengan orang lain, maka individu tersebut harus memiliki tiga hal, yaitu percaya, sikap suportif, dan sikap terbuka.

2.2 Penyesuaian Diri

2.2.1 Pengertian Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya.

Penyesuaian diri yang sempurna terjadi jika individu dalam keadaan seimbang antara dirinya dengan lingkungan. Dimana semua kebutuhannya dapat terpenuhi dan semua fungsi organism berjalan normal. Akan tetapi, pemuasan yang sempurna seperti itu tidak akan pernah tercapai, karena penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses sepanjang hayat dan manusia tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat (Sunarto dan Hartono, 2008).

Menurut Kartono (2000), penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapainya harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya. Sehingga permusuhan, kemarahan, depresi, dan emosi negatif lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis. Hariyadi, dkk (2003) menyatakan penyesuaian diri adalah kemampuan mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan atau dapat pula mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan atau keinginan diri sendiri. Scheneiders (Yusuf, 2004), juga menjelaskan penyesuaian diri sebagai suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan perbuatan individu dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan, dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup. M. Ali dan M. Asrori (2009) menyatakan bahwa perkembangan penyesuaian diri remaja yang ditandai dengan dinamika yang sangat tinggi, membawa implikasi imperatif akan pentingnya intervensi pendidikan yang dilakukan secara sistematis, serius dan terprogram guna membantu proses perkembangannya agar berkembang ke arah lebih baik.

Hurlock (Gunarsa, 2003) memberikan perumusan tentang penyesuaian diri secara lebih umum, yaitu bilamana seseorang mampu menyesuaikan diri terhadap orang lain secara umum ataupun terhadap kelompoknya, dan ia memperlihatkan sikap serta tingkah laku yang menyenangkan berarti ia diterima oleh kelompok atau lingkungannya. Dengan perkataan lain, orang itu mampu menyesuaikan sendiri dengan baik terhadap lingkungannya.

Penyesuaian diri yang dialami mahasiswa baru tidaklah mudah. Mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dengan berbagai macam latar belakang berbeda, baik lingkungan sosial maupun lingkungan fisik. Disamping itu mahasiswa dihadapkan dengan lingkungan baru yaitu perguruan tinggi yang tentu saja berbeda karakteristik dengan SMA, dimana pada saat mahasiswa telah memasuki masa krusial.

Berdasarkan pendapat beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntutan baik dari lingkungan luar maupun dari dalam kehidupan manusia. Dimana, kapan, kemana dan saat apapun manusia itu berada tentu ia harus mampu menyesuaikan dirinya. Apabila terjadi kesalahan didalam penyesuaiannya maka akan mengakibatkan individu tersebut mengalami kesulitan di dalam pergaulan dengan lingkungannya atau akan menimbulkan kelainan dalam perilaku, namun sebaliknya apabila individu mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik maka individu tersebut akan mampu bergaul dengan baik terhadap lingkungannya.

2.2.2 Aspek-aspek penyesuaian diri

Penyesuaian diri merupakan usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan lingkungannya. Kartono (Widianingsih, 2009). Sehingga rasa permusuhan, kemarahan, depresi dan emosi negatif lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis.

Schneiders (2004) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri yang baik meliputi enam aspek sebagai berikut:

a. Kontrol emosi yang berlebihan

Menekankan kepada adanya kontrol dan ketenangan emosi individu yang memungkinkannya untuk menghadapi permasalahan secara intelegen dan dapat menentukan berbagai kemungkinan pemecahan masalah ketika muncul hambatan. Bukan berarti tidak ada emosi sama sekali, tetapi lebih kepada kontrol emosi ketika menghadapi situasi tertentu.

b. Mekanisme pertahanan diri yang minimal

Menjelaskan pendekatan terhadap permasalahan lebih mengindikasikan respon yang normal dari pada penyelesaian masalah yang melalui serangkaian mekanisme pertahanan diri yang disertai tindakan nyata untuk mengubah suatu kondisi.

c. Frustrasi personal yang minimal

Individu yang mengalami frustrasi ditandai dengan perasaan tidak berdaya dan tanpa harapan, maka akan sulit bagi individu untuk mengorganisir kemampuan berpikir, perasaan, motivasi dan tingkah laku dalam menghadapi situasi yang menuntut penyelesaian.

d. Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri

Individu memiliki kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik serta kemampuan mengorganisasi pikiran, tingkah laku dan perasaan untuk memecahkan masalah dalam kondisi sulit sekali pun menunjukkan penyesuaian yang normal.

e. Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu.

Penyesuaian normal yang ditunjukkan individu merupakan proses belajar berkesinambungan dari perkembangan individu sebagai hasil dari kemampuannya mengatasi situasi konflik dan stress. Individu dapat menggunakan pengalamannya maupun pengalaman orang lain melalui proses belajar.

f. Sikap realistik dan objektif bersumber pada pemikiran yang rasional, kemampuan menilai situasi, masalah dan keterbatasan individu sesuai dengan kenyataan sebenarnya.

2.2.3 Karakteristik Penyesuaian diri

Menurut Hariyadi dkk. (2003) terdapat beberapa karakteristik penyesuaian diri yang positif, diantaranya:

1. Kemampuan menerima dan memahami diri sebagaimana adanya. Karakteristik ini mengandung pengertian bahwa orang yang mempunyai penyesuaian diri yang positif adalah orang yang sanggup menerima kelemahan-kelemahan, kekurangan-kekurangan dan kelebihan-kelebihannya. Individu tersebut mampu menghayati kepuasan terhadap keadaan dirinya sendiri, dan membenci apalagi merusak keadaan dirinya betapapun kurang memuaskan

menurut penilaiannya. Hal ini bukan berarti bersikap pasif menerima keadaan yang demikian, melainkan ada usaha aktif disertai kesanggupan mengembangkan segenap bakat, potensi, serta kemampuannya secaramaksimal.

2. Kemampuan menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya secara objektif, sesuai dengan perkembangan rasional dan perasaan. Orang yang memiliki penyesuaian diri positif memiliki ketajaman dalam memandang realita, dan mampu memperlakukan realitas atau kenyataan secara wajar untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhannya. Ia dalam berperilaku selalu bersikap mau belajar dari orang lain, sehingga secara terbuka pula ia mau menerima feedback dari orang lain.

3. Kemampuan bertindak sesuai dengan potensi, kemampuan yang ada pada dirinya dan kenyataan objektif di luar dirinya. Karakteristik ini ditandai oleh kecenderungan seseorang untuk tidak menyia-nyiakan kekuatan yang ada pada dirinya dan akan melakukan hal-hal yang jauh di luar jangkauan kemampuannya. Hal ini terjadi perimbangan yang rasional antara energi yang dikeluarkan dengan hasil yang diperolehnya, sehingga timbul kepercayaan terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungannya.

4. Memiliki perasaan yang aman dan memadai Individu yang tidak lagi dihantui oleh rasa cemas ataupun ketakutan dalam hidupnya serta tidak mudah dikecewakan oleh keadaan sekitarnya. Perasaan aman mengandung arti pula bahwa orang tersebut mempunyai harga diri yang mantap, tidak lagi merasa terancam dirinya oleh lingkungan dimana ia berada, dapat menaruh kepercayaan

terhadap lingkungan dan dapat menerima kenyataan terhadap keterbatasan maupun kekurangan-kekurangan dan lingkungan-nya.

5. Rasa hormat pada manusia dan mampu bertindak toleran Karakteristik ini ditandai oleh adanya pengertian dan penerimaan keadaan di luar dirinya walaupun sebenarnya kurang sesuai dengan harapan atau keinginannya.

6. Terbuka dan sanggup menerima umpan balik Karakteristik ini ditandai oleh kemampuan bersikap dan berbicara atas dasar kenyataan sebenarnya, ada kemauan belajar dari keadaan sekitarnya, khususnya belajar mengenai reaksi orang lain terhadap perilakunya.

7. Memiliki kestabilan psikologis terutama kestabilan emosi Hal ini tercermin dalam memelihara tata hubungan dengan orang lain, yakni tata hubungan yang hangat penuh perasaan, mempunyai pengertian yang dalam, dan sikapnya wajar.

8. Mampu bertindak sesuai dengan norma yang berlaku, serta selaras dengan hak dan kewajibannya.

9. Individu mampu mematuhi dan melaksanakan norma yang berlaku tanpa adanya paksaan dalam setiap perilakunya. Sikap dan perilakunya selalu didasarkan atas kesadaran akan kebutuhan norma, dan atas keinsyafan sendiri.

2.2.4 Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri

Menurut Fatimah (2006) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu:

1. Kemampuan untuk mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain. Dalam menjalin hubungan yang suportif terdapat hubungan erat yang sangat hangat, saling memberikan perhatian dan dukungan, serta perasaan-perasaan yang dapat diekspresikan.

2. Kondisi fisik yang sehat

Secara umum kesehatan, tingkat energi dan kekuatan sangat berperan dalam mengatasi stress emosional dalam kehidupan, sehingga membantu dalam melakukan penyesuaian diri. Daya kesembuhan sangat berperan bagi individu dalam menghadapi persoalan dalam hidupnya hal ini juga termasuk temperamen seseorang.

3. Intelegensi

Kesuksesan psikoterapi berhubungan dengan persepsi superior, memori, analisi, pemikiran, kepintaran dan kemampuan verbal individu.

4. Hobi dan Minat-minat tertentu

Suatu aktivitas kegemaran atau hobi yang benar-benar dinikmati pada saat melakukannya dapat berfungsi sebagai penahan dan penyebaran yang dapat meminimalkan dan membantu individu tersebut dalam mentolerir ketegangan dan kecemasan yang dirasakannya, serta dapat membantu dalam mempertahankan penyesuaian diri yang baik.

2.2.5 Hubungan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri mahasiswa perantauan

Remaja yang mempunyai kesadaran untuk meningkatkan kualitas dirinya pasti akan memiliki pandangan tentang masa depan yang lebih realistis, diwujudkan dengan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Akan tetapi, perguruan tinggi yang diinginkan mungkin tidak didapatkan di daerahnya sendiri sehingga menyebabkan individu harus merantau. Menurut Santrock (Lingga&Tuapattinaja, 2012) fenomena mahasiswa perantau umumnya bertujuan

untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih baik pada bidang yang diinginkan. Fenomena ini juga dianggap sebagai usaha pembuktian kualitas diri sebagai orang dewasa yang mandiri dan bertanggung jawab dalam membuat keputusan.

Mahasiswa yang merantau dihadapkan dengan kondisi-kondisi lingkungan baru yang membutuhkan suatu respon untuk bisa menyesuaikan diri. Mahasiswa perantau dihadapkan pada berbagai aspek kehidupan yang membutuhkan kepercayaan diri, mandiri serta banyak penyesuaian. Menurut Satmoko (Ghufron dan Risnawita, 2010) penyesuaian diri merupakan interaksi seseorang yang secara kontinyu dengan dirinya sendiri, orang lain dan dunianya. Faktor yang dimungkinkan menjadi penyebab dari munculnya masalah yang berkaitan dengan penyesuaian diri adalah rendahnya kemampuan mahasiswa dalam melakukan komunikasi interpersonal dengan orang lain.

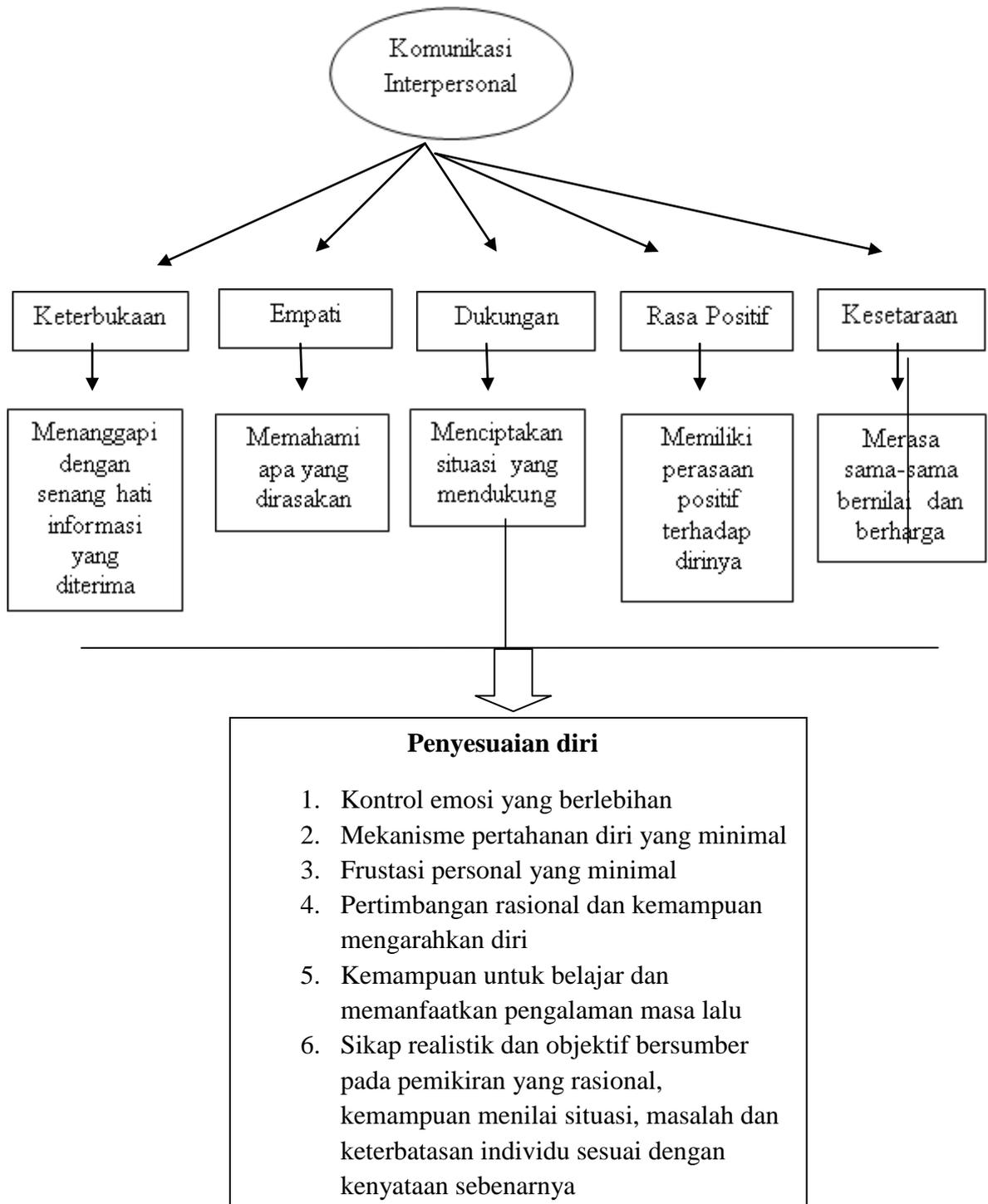
Hardjana (2003) mengungkapkan komunikasi interpersonal merupakan sarana yang digunakan untuk mengembangkan wawasan, pengetahuan, dan kepribadian. Menurut Desmita (2010) keberhasilan seseorang dalam menyesuaikan diri dapat dilihat dari kepribadian yang mencakup kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab. Artinya seseorang yang melakukan komunikasi interpersonal dengan orang lain dapat mengembangkan kepribadiannya sehingga ia mampu menyesuaikan diri dengan keadaan disekitarnya.

Seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah orang yang mampu menjalin hubungan sosial dengan orang lain (Ali dan Asrori, 2008).

Seseorang memerlukan komunikasi untuk dapat menciptakan hubungan sosial yang ramah dengan orang lain. Suranto (2011) mengungkapkan bahwa setiap orang telah menggunakan banyak waktu untuk komunikasi interpersonal baik akan mampu membina hubungan dengan orang lain sehingga ia mampu menyesuaikan diri dengan keadaan maupun lingkungan tempat ia berada.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal dibutuhkan oleh setiap individu terlebih lagi ketika berada pada lingkungan yang sebelumnya tidak pernah di datangi. Individu dengan melakukan komunikasi akan dapat menjalin hubungan sosial dengan orang lain serta rasa kecemasan, ketegangan, dan konflik dalam diri akan berkurang sehingga dapat beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya untuk mencapai keseimbangan hidup.

2.3 Kerangka Berfikir



2.4 Hipotesis

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat disusun hipotesis yaitu ada hubungan yang positif antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri Mahasiswa perantauan. Semakin tinggi kemampuan seseorang bisa melakukan komunikasi interpersonal dengan baik, maka semakin tinggi kemampuan seseorang untuk bisa menyesuaikan diri. Begitupula sebaliknya, jika kemampuan seseorang untuk komunikasi interpersonal rendah, maka seseorang akan mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya.