STRATEGI KOMUNIKASI ANTAR PERSONAL SISWA SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI DALAM MENGATASI KECEMASAN SOSIAL

TUGAS AKHIR

Oleh:

DWI MONIKA
2103110155

Program Studi Ilmu Komunikasi
Konsentrasi Hubungan Masyarakat

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2025

BERITA ACARA BIMBINGAN TUGAS AKHIR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Telah Selesai diberikan bimbingan dalam penulisan tugas akhir sehingga naskah tugas ini telah memenuhi syarat dan dapat disetujui untuk dipertahankan dalam ujian tugas akhir, oleh:

Nama Lengkap	:	Dwi Monika
NPM	:	2103110155
Program Studi	:	Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi	:	Strategi Komunikasi Antar Personal Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial

Medan, 16 Agustus 2025

Pembimbing

Drs. Zulfahmi., M.I.Kom
NIDN: 0118056301

Disetujui Oleh
Ketua Program Studi

Dr. Akhyar Anshori, S.Sos., M.I.Kom.
NIDN: 0127048401

Dekan

Assoc. Prof., Dr., ARIFIN SALEH., S.Sos., MSP
NIDN: 0030017402

UMSU Unggul | Cerdas | Terpercaya

BERITA ACARA PENGESAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Tugas Akhir ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Tugas Akhir Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara oleh:

Nama Lengkap	:	Dwi Monika
NPM	:	2103110155
Program Studi	:	Ilmu Komunikasi
Pada Hari, Tanggal	:	Kamis, 28 Agustus 2025
Waktu	:	Pukul 08.15 s/d Selesai

TIM PENGUJI

PENGUJI I : Assoc. Prof., Dr. Abrar Adhani, S.Sos., M.I.Kom. ( )

PENGUJI II : Assoc. Prof., Dr Leylia Khairani., M.Si. ( )

PENGUJI III : Drs. Zulfahmi., M.I.Kom. ( )

PANITIA PENGUJI

Ketua	Sekretaris
Assoc.,Prof., Dr., Arifin Saleh., S.Sos., MSP	**Assoc.,Prof., Dr., Abrar Adhani., S.Sos., M.I.Kom**

PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Dengan ini saya, **Dwi Monika**, NPM **2103110155**, menyatakan dengan sungguh-sungguh:

1. Saya menyadari bahwa memalsukan karya ilmiah dalam segala bentuk yang dilarang undang-undang, termasuk pembuatan karya ilmiah oleh orang lain dengan sesuatu imbalan, atau mem plagiat atau menjiplak atau mengambil karya orang lain, adalah tindakan kejahatan yang harus dihukum menurut undang-undang yang berlaku.
2. Bahwa tugas akhir ini adalah hasil karya dan tulisan saya sendiri, bukan karya orang lain, atau karya plagiat, atau karya jiplakan dari karya orang lain.
3. Bahwa di dalam tugas akhir ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Bila di kemudian hari terbukti pernyataan ini tidak benar, saya bersedia tanpa mengajukan banding menerima sanksi:

1. Tugas akhir saya ini beserta nilai-nilai hasil ujian tugas akhir saya dibatalkan.
2. Pencabutan kembali gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh, serta pembatalan dan penarikan ijazah sarjana dan transkrip nilai yang telah saya terima.

Medan, 9 September 2025

Yang Menyatakan,

METERAI TEMPEL

EFC3ANX075255628

Dwi Monika

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh. Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah Subhanahuwa Ta'ala yang telah memberikan karunia dan nikmat yang tiada terkira. Salah satu dari nikmat tersebut adalah keberhasilan penulis dalam menyelesaikan laporan Tugas Akhir ini yang berjudul "**Strategi Komunikasi Antar Personal Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial**" yang diajukan untuk melengkapi tugas dan syarat menyelesaikan pendidikan Strata Satu (S1) pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Jurusan Ilmu Komunikasi Konsentarsi Humas Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Tidak lupa pula penulis mengirimkan shalawat beriring salam atas jujungan kita Nabi Besar Muhammad SAW sebagai rahamatan li'alamin.

Dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada cinta pertama dan kebanggaanku, Ayahanda **Sudarma** dan pintu surgaku Ibunda **Tumini**. Terimakasih untuk segala perjuangan, dukungan tulus, serta doa yang tak pernah putus yang di berikan sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Semoga ayah dan ibu senantiasa di lindungi, sehat, bahagia, dan panjang umur agar bisa melihat penulis meraih hal-hal besar lainnya. Tidak lupa juga penulis ucapkan terimakasih

kepada abang penulis yang bernama **M. Diki Darmawan S.Ak** semoga akan selalu ada bersama penulis dalam keadaan apapun, yang penulis inginkan semoga kami menjadi saudara kandung yang selalu akur dan saling membantu.

Banyak pihak telah membantu dalam menyelesaikan laporan Tugas Akhir ini, untuk itu penulis mengucapkan rasa terimakasih yang tulus dan dalam kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Agussani M.AP selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak Assoc. Prof. Dr. Rudianto, S.Sos., M.Si selaku Wakil Rektor III Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Bapak Assoc. Prof. Dr. Arifin Saleh, S.Sos., M.SP selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak Assoc. Prof. Dr. Abrar Adhani, S.Sos., M.I.Kom selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Ibu Assoc. Prof. Dr. Dra. Hj. Yurisna Tanjung, M.AP selaku Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
6. Bapak Dr. Akhyar Anshori, S.Sos., M.I.Kom selaku Ketua Prodi Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

7. Bapak Dr. Faizal Hamzah Lubis., S.Sos., M.I.Kom selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
8. Bapak Drs. Zulfahmi, M.I.Kom selaku Dosen Pembimbing penulis yang selalu memberikan arahan yang baik, bimbingan, perhatian, pengertian, dan menyisihkan waktunya untuk membantu serta membimbing penulis dengan sabar dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
9. Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah memberikan ilmu dan bimbingan selama penulis menjalani kuliah.
10. Seluruh Staf Biro Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik yang telah membantu kelengkapan berkas-berkas dan informasi.
11. Teruntuk saudara atau kakak saya sendiri yaitu **Sri Ayu Wulandari,** dan **Nurdea Fadillah**, terimakasih karena sudah membantu dan ikut serta dalam penelitian penulis sampai dengan selesai, beliau juga orang yang selalu ada di saat penulis sedang sedih maupun senang.
12. Terkhusus kepada **Aura Amelia Putri**, **Beutari Khaliza Afiasya** dan **Nazwa sahara** mereka adalah sahabat sekaligus support sistem bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini sampai dengan selesai, mereka yang selalu memberikan dorong kepada penulis agar skripsi ini cepat selesai.

13. Kepada teman-teman yang sedang bersama penulis yang tidak bisapenulis sebutkan namanya satu persatu, Terimakasih atas segala hal yang telah diberikan kepada penulis saat proses penyusunan skripsi ini. Ternyata hadirnya teman-teman di kehidupan ini cukup memberikan motivasi dan dukungan untuk terus berproses menjadi pribadi yang mengerti apa itu rasa sabar.

14. Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada **SMA Negeri 1 Labuhan Deli** yang telah memberikan kesempatan dan izin untuk melaksanakan penelitian di lingkungan sekolah ini. Dukungan dan kerja sama yang diberikan, baik dari pihak kepala sekolah, guru, staf, maupun seluruh siswa, sangat berarti dalam kelancaran proses penelitian ini. Semoga segala bantuan dan kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang setimpal.

15. Dan yang terakhir, **Dwi Monika,** ya diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati setiap prosesnya yang bisa dibilang tidak mudah. Terimakasih sudah bertahan.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabaraktuh

Medan, Agustus 2025

Dwi Monika
2103110155

STRATEGI KOMUNIKASI ANTAR PERSONAL SISWA SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI DALAM MENGATASI KECEMASAN SOSIAL

DWI MONIKA
2103110155

ABSTRAK

Kecemasan sosial merupakan satu masalah psikologis yang paling umum dihadapi oleh perempuan, terutama di kalangan siswa SMA. Banyak tantangan sosial dihadapi siswa di sekolah ini, baik dalam lingkungan akademik maupun dalam kehidupan sehari-hari. Jika kecemasan sosial tidak ditangani dengan baik, itu dapat menyebabkan siswa menjadi tertutup dan tidak terlibat dalam kegiatan kelompok penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran konkrit fenomena Strategi Komunikasi Antar Personal Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial. Metode penlitian yang digunakan yaitu metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan beberapa siswa tampaknya tidak tertarik untuk bertanya atau berbicara aktif, seperti yang ditunjukkan oleh kecenderungan mereka untuk diam dan hanya menjawab pertanyaan jika diminta oleh guru. Sebaliknya, siswa yang lebih percaya diri cenderung lebih sering berinteraksi dengan teman sebaya dan guru mereka, yang memungkinkan mereka untuk dengan bebas mengungkapkan pendapat mereka Siswa yang ingin diterima dalam lingkungan sosial tetapi belum sepenuhnya nyaman berinteraksi secara sosial.

Kata Kunci: Komunikasi Antarpersonal, Kecemasan Sosial, Siswa, Komunikasi Pendidikan

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR ..... **ii**
ABSTRAK ..... **vi**
DAFTAR ISI ..... **vii**
DAFTAR TABEL ..... **ix**
DAFTAR GAMBAR ..... **x**
BAB I **1**
PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang Masalah 1
1.2 Pembatasan Masalah 5
1.3 Rumusan Masalah 5
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian 5
1.5 Sistematika Penulisan 7
BAB II **8**
URAIAN TEORITIS **8**
2.1 Komunikasi Antar Personal 8
2.2 Kecemasan Sosial 10
2.3 Siswa 13
2.4 Komunikasi Pendidikan 14
2.5 Anggapan Dasar 17
BAB III **18**
METODE PENELITIAN **18**
3.1 Jenis Penelitian 18
3.2 Kerangka Konsep 19
3.3 Definisi Konsep 19
3.4 Kategorisasi Penelitian 21
3.5 Informan atau Narasumber 21
3.6 Teknik Pengumpulan Data 22
3.7 Teknik Analisis Data 24
3.8 Waktu dan Lokasi Penelitian 25
BAB IV **26**

HASIL PENELTIAN DAN PEMBAHASAN.....26
4.1 Hasil Penelitian 26
4.2 Hasil Wawancara 28
4.3 Pembahasan.....56
BAB V 59
PENUTUP.....59
5.1 Simpulan 59
5.2 Saran 60
DAFTAR PUSTAKA.....61

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kategorisasi Penelitian……..…….……21

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep ……19

Gambar 2 Lokasi Penelitian SMA Negeri 1 Labuhan Deli…….……..26

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa sekolah merupakan periode penting dalam pembentukan keterampilan sosial dan identitas. Interaksi antar individu sekarang sangat dominan dalam kehidupan sehari-hari siswa, baik di kelas maupun di lingkungan sosial seperti kegiatan ekstrakurikuler dan sosialisasi sehari-hari. Namun, interaksi-interaksi ini sering kali menyebabkan tekanan dan ketidaknyamanan bagi siswa yang mengalami kecemasan sosial. Sebagai makhluk sosial, manusia tidak bisa lepas dari interaksi. Dalam interaksi, beberapa orang merasa cemas, takut, atau khawatir tentang lingkungan mereka. Ketidakmampuan untuk mengendalikan kecemasan sosial dapat menyebabkan perasaan.

Melalui komunikasi, orang-orang menunjukkan minat, saling menyapa, bertukar berita, menawarkan simpati, dan mendorong orang lain untuk berbicara tentang berbagai topik. Komunikasi yang efektif dalam dialog memiliki potensi untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan timbal balik, serta membangun kebersamaan dan kehidupan damai yang didasarkan pada kepercayaan dan saling menghormati satu sama lain (Irwan & Faustyna, 2023).

Sekolah, sebagai sistem sosial pendidikan, melibatkan banyak orang, mulai dari orang tua, guru, siswa, hingga staf sekolah. Ketidakadilan dan diskriminasi adalah masalah utama dalam hal ini. Masalah-masalah ini dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti diskriminasi berdasarkan ras, etnis, agama, atau gender.

Siswa dari ras, etnis, agama, atau jenis kelamin tertentu mungkin mengalami perlakuan yang tidak adil dan diskriminatif dari sekolah atau siswa lainnya. Diskriminasi berdasarkan status sosial ekonomi, misalnya, siswa dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah mungkin mengalami perlakuan tidak adil dari sekolah. Siswa yang mengalami kesulitan dalam mendapatkan pendidikan yang baik dan inklusif, dan perundungan dapat terjadi di antara mereka, yang dapat menyebabkan stres, kecemasan, depresi, dan bahkan bunuh diri (Yasin et al., 2024).

Seseorang mengalami kecemasan sosial karena mereka harus beradaptasi dengan lingkungan baru. Perubahan cepat terjadi pada awal masa remaja dan biasanya terjadi selama masa remaja. Dalam hal ini, bersamaan dengan pubertas, perubahan fisik yang signifikan terjadi. Kemampuan intelektual berubah secara kognitif. Siswa merasa cemas ketika mereka bertemu dengan guru baru, teman-teman baru, dan peraturan sekolah. Beberapa siswa juga merasa malu ketika berinteraksi dengan orang lain, dan sering kali mereka merasa malu hanya untuk berbicara di kelas. Di sisi lain, tidak semua orang cenderung khawatir dan takut akan persepsi negatif tentang diri mereka sendiri (Saman et al., 2021).

Kecemasan sosial merupakan satu masalah psikologis yang paling umum dihadapi oleh perempuan, terutama di kalangan siswa SMA. Fenomena ini dapat mengganggu pembelajaran dan interaksi sosial mereka, yang berpotensi mempengaruhi pertumbuhan pribadi dan akademis mereka menunjukkan bahwa lingkungan sekolah adalah tempat interaksi sosial yang intens. Oleh karena itu,

penting untuk memahami bagaimana strategi komunikasi antar personal dapat berguna dalam mengatasi masalah sosial yang dihadapi siswa.

Komunikasi yang efektif di antara siswa sangat penting karena dapat mendorong hubungan positif di lingkungan sekolah. Melalui komunikasi yang efektif, siswa dapat belajar, mendapatkan pengalaman, dan memberikan dukungan emosional untuk membantu mereka mengatasi situasi yang menegangkan. Selain itu, komunikasi yang efektif memiliki potensi untuk mengurangi perilaku negatif dan penurunan hubungan yang sering terjadi akibat perkembangan sosial yang buruk. Salah satu kunci penting untuk membantu siswa mengatasi kecemasan sosial adalah komunikasi antar personal yang efektif. Namun, beberapa siswa tidak dapat berkomunikasi dengan baik, mereka mungkin mengalami kecemasan seperti ketakutan atau kekhawatiran untuk memulai percakapan, atau ketakutan akan penolakan. Pengalaman negatif seperti perundungan, kurangnya dukungan sosial, dan kurangnya kepercayaan diri dapat memperburuk kondisi ini.

Bentuk komunikasi antar personal ini sangat memengaruhi peristiwa komunikatif, dan pentingnya makna pesan juga bersifat internal diberikan oleh individu yang menggunakan perangkat konseptual atau filter. Komunikasi yang dikaji mencakup pembentukan atau perubahan sikap dan perilaku dalam sosial kehidupan, bukan hanya pesan yang diterima. Pengaruh perubahan sikap dan perilaku tersebut berasal dari jenis pesan yang dikomunikasikan, yang dapat mempengaruhi aspek psikologis manusia (Nasor, 2016).

Lingkungan sekolah sangat penting untuk membantu siswa belajar berkomunikasi. Para guru dan staf sekolah memiliki kemampuan untuk

menciptakan lingkungan yang mendukung di mana siswa dapat berbagi pengalaman dan pemikiran mereka dengan aman. Para siswa dapat mengatasi kecemasan sosial dengan bantuan program yang mengajarkan keterampilan sosial dan komunikasi, seperti pelatihan kepemimpinan, kegiatan ekstrakurikuler, dan kelompok dukungan.

Nama asli diganti menjadi ejekan karena dibully secara verbal di sekolah menengah. Akibatnya, ketika mereka ingin pergi ke sekolah, mereka sering merasa takut. Pernah berpura-pura sakit untuk menghindari pergi ke sekolah karena dia takut teman-teman sekelasnya akan mengganggunya. Karena teman-teman sekelas mereka menyebarkan gosip atau rumor tentang penampilan mereka dan memberi mereka julukan, para korban mengalami kecemasan, kehilangan kepercayaan diri, perasaan rendah diri, stres, dan ketakutan untuk pergi ke sekolah. Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli yang absen karena belum menyelesaikan tugas dari guru mata pelajaran mereka, kemudian merasa takut saat presentasi di depan teman sekelas, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan belajar yang mengharuskan bergaul dengan orang baru, khawatir tentang kemampuan mereka, dan merasa tidak nyaman saat berada di luar lingkungan rumah mereka (Salsadilla & Rahmulyani, 2022).

Fenomena kecemasan sosial dan komunikasi antar personal di SMA Negeri 1 Labuhan Deli memerlukan penyelidikan lebih lanjut. Banyak tantangan sosial dihadapi siswa di sekolah ini, baik dalam lingkungan akademik maupun dalam kehidupan sehari-hari. Jika kecemasan sosial tidak ditangani dengan baik, itu dapat menyebabkan siswa menjadi tertutup dan tidak terlibat dalam kegiatan

kelompok. Akibatnya, mereka dapat gagal dalam belajar. Oleh karena itu, agar siswa dapat mengatasi kecemasan sosial mereka, strategi komunikasi antarpersonal yang kuat diperlukan.

Berdasarkan penjelasan latar belakang yang telah dipaparkan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Strategi Komunikasi Antar Personal Siswa SMA Negeri 1 Labuhan deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial".

1.2 Pembatasan Masalah

Peneliti membatasi masalah yang diteiliti agar ruang lingkup penelitian dapat lebih jelas dan terarah sehingga tidak mengaburkan penelitian. Adapun yang diteiliti penulis terkait komunikasi antar personal siswa dalam mengatasi kecemasan sosial. Penulis melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Labuhan Deli dan informan yang penulis butuhkan Siswa Kelas 12 yang menunjukan gejala kecemasan sosial.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang yang telah di uraikan sebelumnya, rumusan masalah pada penelitian ini adalah Bagaimana Strategi Komunikasi Antar Personal Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial?

1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.4.1 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran konkrit fenomena Strategi Komunikasi Antar Personal Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial.

1.4.2 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini, yaitu:

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini memiliki potensi untuk meningkatkan pemahaman kita tentang bagaimana komunikasi antar personal berkontribusi pada pengurangan kecemasan sosial pada remaja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk studi lebih lanjut dalam psikologi komunikasi dan pendidikan.

2) Manfaat Praktis

Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti untuk menambah wawasan serta pengetahuan kepada peneliti tentang permasalahan yang diteliti.

2. Bagi Civitas Akademik

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat digunakan sebagai masukan, pertimbangan dan perbandingan bagi kalangan akademisi, wacana keilmuan mengenai komunikasi antar personal.

3. Bagi Bagi Peneliti Selanjutnya

   Diharapkan hasil penelitian ini dapat dikembangkan untuk penelitian selanjutnya dan dapat dijadikan bahan referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai masalah-masalah yang terkait tentang Strategi Komunikasi Antar Personal terhadap proses belajar mahasiswa dan lain sebagainya.

1.5 Sistematika Penulisan

BAB I : Pada bab ini menguraikan pendahuluan tentang latar belakang masalah pembatasan masalah, permusan masalah, tujuan dan manfaat peneltian.

BAB II : Pada bab uraian teoritis menjelaskan tentang teori yang relevan dengan masalah yang ingin diteliti seperti komunikasi antar personal, kecemasan sosial, siwa, dan komunikasi Pendidikan.

BAB III : Pada bab ini dasanya mengungkapkan sejumlah cara yang memuat uraian tentang metode dan langkah-langkah penelitian secara operasional yang meliputi jenis penelitian, kerangka konsep, definisi konsep, kategorisasi penelitian, informan atau narasumber, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, waktu dan lokasi penelitian.

BAB IV : Pada bab ini membahas tentang deskripsi penelitian, temuan data penelitian di lapangan, serta hasil penelitian.

BAB V : Pada bab ini membahas tentang kesimpulan, saran dari hasil penelitian dan bagian akhir skripsi lainnya seperti daftar pustaka dan lampiran pendukung lainnya.

BAB II

URAIAN TEORITIS

2.1 Komunikasi Antar Personal

Menurut Dean C. Barlund dalam (Fitria, 2023) mengatakan komunikasi antar personal terjadi ketika sinyal sensorik ditangkap dan diproses melalui sistem saraf otak kita, proses berpikir adalah bagian dari komunikasi seseorang. Sedangkan menurut Joseph DeVito dalam (Anggraini et al., 2022) komunikasi antar personal adalah komunikasi yang terjadi antara dua orang yang memiliki hubungan yang jelas dan saling berhubungan dalam beberapa cara.

Komunikasi antar personal dari perspektif moral yaitu untuk membangun karakter dan nilai-nilai moral seperti kejujuran, empati, rasa hormat, dan tanggung jawab. Studi menunjukkan bahwa komunikasi yang baik, terutama antara guru dan siswa, tidak hanya meningkatkan motivasi dan keberhasilan akademis tetapi juga membentuk karakter moral dan emosional siswa (Wibowo et al., 2025).

Komunikasi antar personal merupakan komunikasi langsung antara dua orang atau lebih secara tatap muka pengirim atau penerima dapat mengirim pesan secara langsung dan penerima juga dapat menanggapi pesan secara langsung (Mustofa et al., 2021). Elemen komunikasi yang mendukung proses komunukasi antar personal, yaitu

a. Penguraian kode adalah bagian dari proses komunikasi internal, di mana pesan atau informasi dimasukkan ke dalam otak dan menjadi makna.
b. Integrasi adalah bagian dari komunikasi antarpribadi, di mana berbagai

c. potongan informasi digabungkan. Kita membandingkan dan menganalogikan informasi, menyoroti perbedaan, dan kemudian mengkategorikan atau memutuskan mana yang termasuk dalam informasi tersebut.
d. Memori dalam komunikasi pribadi fakta dan peristiwa masa lalu, sikap, penilaian, dan kepercayaan disimpan. Memori mengacu pada kemampuan untuk menyimpan informasi dan mengingatnya kembali.
e. Serangkaian pola atau persepsi yang menunjukkan struktur pemikiran atau cara informasi diorganisir.
f. Pengkodean adalah bagian terakhir dari proses komunikasi intrapersonal, di mana makna ditambahkan untuk menciptakan komunikasi yang bermakna.
g. Umpan Balik terbagi menjadi dua bagian, yaitu eksternal artinya karena umpan balik eksternal adalah bagian dari pesan yang didengar, sedangkan internal bagian yang kita masuki ke dalam diri kita sendiri.
h. Distraksi atau gangguan adalah komponen tambahan dalam komunikasi antar personal. Ketika data tertentu diproses dengan terlalu cepat, berbagai gangguan terjadi. Gangguan ini dapat menyebabkan kesulitan dalam berkomunikasi (Kustiawan et al., 2022).

Bentuk komunikasi antar personal ini sangat memengaruhi peristiwa komunikatif, dan pentingnya makna pesan juga bersifat internal diberikan oleh individu yang menggunakan perangkat konseptual atau filter. Komunikasi yang dikaji mencakup pembentukan atau perubahan sikap dan perilaku dalam sosial

kehidupan, bukan hanya pesan yang diterima. Pengaruh perubahan sikap dan perilaku tersebut berasal dari jenis pesan yang dikomunikasikan, yang dapat mempengaruhi aspek psikologis manusia.

Komunikasi antar personal secara teoretis dibagi menjadi dua kategori, yaitu komunikasi diadik dan komunikasi triadik. Komunikasi diadik terjadi hanya antara dua orang, dengan satu orang bertindak sebagai komunikator dan yang lainnya sebagai komunikan, yang menerima pesan tersebut. Karena melibatkan hanya dua orang, komunikasi diadik memungkinkan diskusi antar personal berlangsung secara luas. Sedangkan Komunikasi triadik adalah jenis komunikasi antar personal yang dilakukan oleh beberapa orang, yaitu satu komunikator dan dua orang lainnya sebagai komunikannya. Komunikasi diadik, di sisi lain, lebih efektif karena komunikator fokus pada hanya satu komunikan, memungkinkan mereka untuk sepenuhnya memahami pesan tersebut (Syobah et al., 2023).

2.2 Kecemasan Sosial

Menurut La Greca dan Lopez dalam (Elfariani & Anastasya, 2023) kecemasan sosial didefinisikan sebagai ketakutan yang persisten terhadap situasi sosial yang terkait dengan penampilan dan menghadapi penilaian orang lain, diawasi, ketakutan akan rasa malu, dan penghinaan. Kecemasan sosial itu sendiri adalah ketakutan yang persisten terhadap situasi sosial yang berkaitan dengan penampilan, yang membuat seseorang harus menghadapi orang-orang yang tidak dikenal atau takut dipermalukan oleh orang lain, sehingga menjadi kekhawatiran yang tidak rasional tentang keberadaan orang lain (Apriyadi, 2022). Kecemasan sosial adalah kekurangan dalam hubungan sosial karena individu yang gugup dan

tertekan kurang efektif secara sosial. Kecemasan sosial dapat secara signifikan mengganggu pembentukan dan pemeliharaan hubungan antar personal. Kecemasan sosial dapat mengganggu perkembangan normal yang terkait dengan hubungan sosial dan pribadi serta menyebabkan penghindaran atau penolakan. Selain itu, perilaku seperti mutisme, melarikan diri dari rumah, berkelahi, dan berbohong meningkat di kalangan remaja yang mengalami gangguan kecemasan sosial (Badriyah, 2020).

Menurut La Greca dan Lopez, indikator kecemasan sosial terdiri dari:

a. ketakutan akan evaluasi negatif kekhawatiran tentang melakukan sesuatu, dan perasaan malu. Semua tindakan yang diambil oleh individu akan membuat mereka merasa diawasi dan dikritik. Individu juga cenderung lebih fokus pada diri mereka sendiri, dan aktivitas yang mereka lakukan sering kali memperbaiki cara mereka berinteraksi secara sosial dengan orang lain.
b. Individu mengalami penghindaran sosial dan stres ketika berada dalam situasi baru atau berinteraksi dengan orang asing. Mereka merasa gugup saat berbicara, malu, dan khawatir ketika menghadapi atau mengenal orang asing atau orang baru. Akibatnya, mereka cenderung menghindari kontak mata dan situasi sosial.
c. Penghindaran sosial dan tekanan dari individu umum atau yang dikenal, seperti mengamati kemampuan seseorang dalam membangun hubungan. Selain itu, individu akan merasa tidak nyaman, kesulitan, dan malu saat berinteraksi atau membangun hubungan dengan orang yang mereka kenal.

Melihat interaksi sosial sebagai kompetitif, waspada terhadap orang lain, adalah tanda kecemasan sosial. berlebihan pada tanda-tanda yang menunjukkan ancaman sosial dan menghindari interaksi yang bisa mengarah pada penolakan sosial (Hamama, 2023). Dampak kecemasan sosial menurut (Mirza & Akmal, 2019)

a. Dampak pada pemikiran merupan termasuk ketakutan terhadap pendapat orang lain tentang diri sendiri, kesulitan berkonsentrasi atau mengingat apa yang telah dikatakan orang lain, fokus pada diri sendiri dan sangat berhati-hati tentang apa yang akan katakan dan lakukan.
b. Berbicara cepat atau diam, menggumam dan mencampuradukkan kata-kata, menghindari kontak mata dengan orang lain, melakukan sesuatu yang tidak menarik perhatian orang lain, tetap aman di tempat yang aman atau berbicara dengan seseorang yang dianggap aman tentang topik yang aman, dan menghindari situasi sosial yang sulit adalah beberapa contoh perilaku yang dipengaruhi.
c. Tanda kecemasan termasuk wajah memerah, berkeringat atau gemetar, merasa tegang, seperti rasa sakit dan ketidaknyamanan yang hilang karena seseorang tidak bisa bersantai, perasaan panik, seperti detak jantung yang cepat, pusing atau mual, dan sesak napas.
d. efek pada perasaan atau emosi, seperti gugup, kecemasan, ketakutan, ketakutan akan sesuatu yang akan terjadi dan kesadaran diri, frustrasi dan kemarahan terhadap diri sendiri atau orang lain, merasa tidak aman, perasaan rendah diri, merasa sedih atau depresi, dan putus asa tentang apa

yang bisa berubah.

Dampak kecemasan sosial sering menjadi alasan anak-anak menolak sekolah dan satu-satunya gangguan kecemasan yang telah dikaitkan dengan putus sekolah dini. Kecemasan sosial juga mempengaruhi pencapaian pendidikan, upah rendah, hubungan keluarga yang buruk, risiko gangguan depresi, dan kualitas hidup individu. Dampak negatif pada kinerja akademik siswa dapat mencakup penurunan prestasi akademik, penolakan untuk bersekolah, dan bahkan meningkatnya keinginan untuk putus sekolah (Imaddudin et al., 2023).

2.3 Siswa

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, siswa berarti seseorang atau anak yang mengajar (belajar, pergi ke sekolah), siswa merupakan seseorang yang datang ke suatu tempat untuk memperoleh atau mempelajari berbagai jenis pendidikan. Sekarang siswa mengalami banyak perubahan fisik dan mental. Selain itu, pikiran mereka berkembang, dan mereka mulai berpikir seperti orang dewasa. Selama periode ini, remaja mulai secara emosional melepaskan diri dari orang tua mereka untuk mengambil peran sosial baru mereka sebagai orang dewasa. Saat ini, orang-orang di seluruh dunia berusia antara 12 hingga 22 tahun (Mardiana et al., 2022).

Menurut Shafique Ali Khan seorang siswa adalah orang yang datang ke sebuah institusi untuk memperoleh atau mempelajari jenis pendidikan tertentu. Ia juga menyebut mereka sebagai siswa atau individu yang mempelajari pengetahuan tanpa memandang usia, asal, metode, atau biaya, untuk meningkatkan pengetahuan dan moral para pelajar (Faizah, 2023).

Menurut (Estari, 2020) tiga karakteristik siswa yang perlu dipertimbangkan adalah: (1) karakteristik fisiologis, seperti jenis kelamin, kondisi fisik, usia, indra, tingkat kematangan, dan sebagainya. (2) karakteristik psikologis, seperti bakat, minat, motivasi, kecerdasan, gaya belajar, emosi, dan sebagainya. (3) karakteristik lingkungan, seperti etnisitas, status sosial ekonomi, budaya, dan sebagainya.

Siswa dengan kesulitan belajar sering kali kesulitan menyerap informasi secara efektif karena berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kecerdasan, bakat, minat, dan keinginan siswa. Misalnya, kondisi fisik yang buruk dapat membuat siswa cepat lelah dan tidak dapat berkonsentrasi, serta kecerdasan yang rendah dapat menyulitkan siswa untuk memahami apa yang diajarkan. Fasilitas eksternal seperti keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial. Pengaruh teman sebaya yang buruk, ketergantungan pada teknologi, atau lingkungan keluarga yang tidak harmonis dapat menyebabkan siswa mengalami kesulitan belajar. Selain itu, fasilitas yang tidak memadai atau pendekatan pendidikan yang tidak tepat dapat menjadi hambatan di sekolah. (Muliati et al., 2025).

2.4 Komunikasi Pendidikan

Komunikasi pendidikan merupakan bidang penelitian yang berfokus pada penggunaan teknik komunikasi dan bertujuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan pembelajaran. Ini juga berfungsi sebagai cara untuk menyelesaikan masalah dalam pendidikan dan pembelajaran. Dalam hal ini, siapa pun yang terlibat dalam pendidikan dapat bertindak sebagai pengirim atau penerima pesan (Nofrion, 2018). Komunikasi pendidikan adalah proses yang

sadar dan terencana di mana guru dan siswa bertukar ide dan konsep. Tujuan dari komunikasi pendidikan adalah untuk menciptakan suasana dan proses pembelajaran yang kondusif sehingga siswa dapat mencapai potensi penuh mereka. Komunikasi dapat terjadi tidak hanya antara guru dan siswa tetapi juga dengan staf administrasi, guru lainnya, dan orang tua (Mulyono et al., 2022). Menurut (Yunita & Irsal, 2021) dalam dunia pendidikan, ada beberapa komponen komunikasi sebagai berikut:

a. Manusia berfungsi sebagai penjaga, pengolah, penyaji, dan penerima pesan. Dalam hal ini, guru berfungsi sebagai komunikator (penerima informasi), dan siswa berinteraksi dengan guru mereka.
b. Materi pendidikan merupakan pengetahuan atau informasi yang diberikan oleh bagian lain dalam bentuk ide, fakta, makna, dan data. Contohnya termasuk bidang studi seperti ilmu sosial, bahasa, politik, ekonomi, logika, etika, dan kesehatan, antara lain.
c. Alat banyak ahli teknologi mengatakan bahwa pendidikan akan berhasil jika siswa puas dengan hasilnya. Alat dan sarana yang digunakan adalah salah satu faktor yang dapat membuat siswa senang. Alat bantu pendidikan meliputi papan tulis, gambar dan ilustrasi foto, slide dan film, rekaman pembelajaran, peta dan globe, serta buku teks.
d. Metode dan teknik adalah prosedur standar atau pedoman yang digunakan untuk memanfaatkan bahan dan peralatan sehingga proses pembelajaran dapat disampaikan secara efektif melalui komunikasi. Contoh metode yang dapat digunakan termasuk instruksi terprogram, simulasi, permainan,

dan sesi tanya jawab.

e. Lingkungan yaitu tempat di mana peristiwa atau pesan diterima. Lingkungan sekolah mencakup perpustakaan, laboratorium, auditorium, gedung sekolah, dan taman.

Komunikasi dalam pendidikan memiliki beberapa fungsi. Berikut adalah beberapa fungsi komunikasi (Kurniawan et al., 2023) :

a. Fungsi Informatif (memberikan berita)

   Melalui komunikasi, seorang pendidik dapat menyampaikan apa yang mereka inginkan kepada siswa mereka baik secara lisan maupun tulisan. Komunikasi dapat menyampaikan data, berita, dan informasi lain yang bermanfaat.

b. Fungsi Pendidikan

   Seseorang dapat memahami mengapa mereka banyak membaca, mendengarkan, dan berkomunikasi. Komunikasi berfungsi untuk mendidik masyarakat, membantu setiap orang mencapai tujuan menjadi lebih dewasa dan mandiri.

c. Fungsi Persuasif

   Komunikasi dapat mendorong orang untuk berperilaku sesuai dengan keinginan komunikator. Mengembangkan pemahaman dan kesadaran komunikator, baik sebagai motivasi maupun instruksi, bahwa pesan kami akan memicu perubahan perilaku atas kemauan mereka sendiri, bukan karena paksaan. Mereka sendiri menerima perubahan ini.

d. Fungsi Rekreasi

Dalam fungsi rekreasi, komunikasi dapat menghibur orang sepanjang waktu. Mendengarkan dongeng dan membaca bacaan ringan sebelum tidur. Ini dapat menyampaikan refleksi kepada pikiran siswa yang mungkin bosan dengan pelajaran atau mungkin menganggapnya berat

2.5 Anggapan Dasar

Strategi komunikasi yang efektif menjadi salah satu faktor kunci dalam membantu siswa mengatasi kecemasan sosial. Siswa dapat mengeskpersikan perasaan mereka, membangun hubungan sosial yang sehat, dan menerima dukungan emosional dari teman sekelas melalui komunikasi antar personal yang tepat. Tergantung dengan kepercayaan diri, keterampilan interaksi, dan pengalaman sosial sebelumnya. Setiap siswa memiliki cara berkomunikasi yang unik. Selain itu, sejauh mana teknik komunikasi yang dipilih siswa dapat membantu mengurangi kecemasan sosial juga dipengaruhi oleh variabel dalam lingkungan sekolah seperti guru, teman sebaya, dan budaya komunikasi yang dibangun di dalam sekolah.

BAB III

METODE PENELITIAN

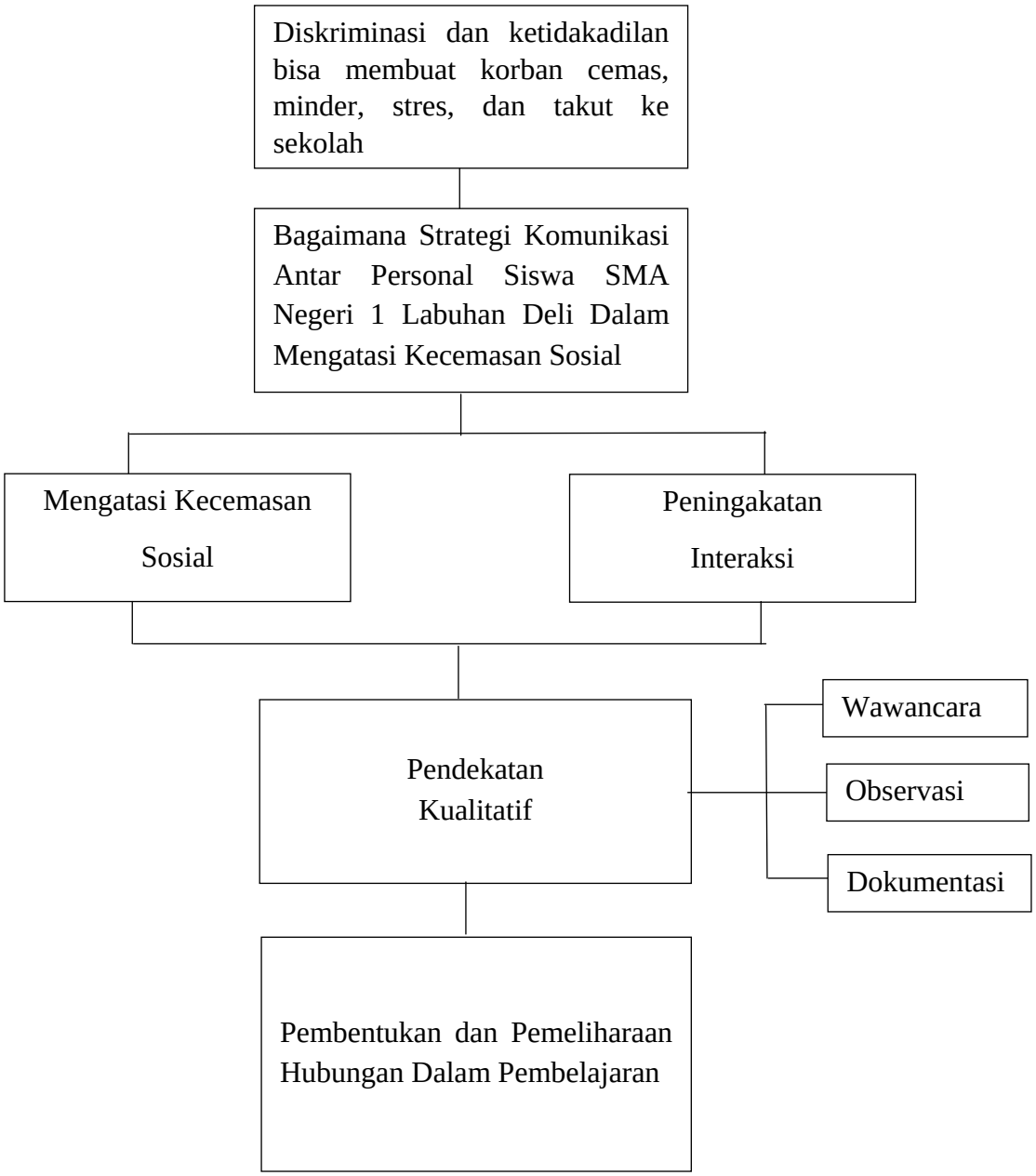
3.1 Jenis Penelitian

Metode penelitian kualitatif adalah pendekatan penelitian yang fokus pada pemahaman mendalam tentang fenomena sosial, budaya, dan perilaku manusia melalui pengumpulan dan analisis dta yang bersifat deskriptif, naratif, dan interpretatif (Faustyna, 2023, p. 31). Menurut (Elia & Dkk, 2023) penelitian kualitatif merupakan yang mengikuti pendekatan fenomenologis, menekankan kegiatan penelitian ilmiahnya dengan mendeskripsikan (deskripsi) dan memahami (pemahaman) fenomena sosial yang diamati. Pemahaman ini harus dilakukan tidak hanya dari perspektif peneliti tetapi, yang lebih penting, dari perspektif subjek yang sedang diteliti.

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif untuk memahami secara mendalam strategi komunikasi antar personal yang diterapkan oleh Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli dalam mengatasi kecemasan sosial yang terjadi dikalangan anak sekolah. Metode kualitatif dipilih karena pendekatan ini mampu menggali makna, persepsi, dan proses yang terlibat dalam komunikasi antar personal, termasuk bagaimana pesan disampaikan, diterima, dan dipahami yang dikemas menggunakan narasi.

3.2 Kerangka Konsep

Gambar 1 Kerangka konsep



3.3 Definisi Konsep

Penelitian ini menjelaskan bagaimana strategi komunikasi antar personal berperan dalam mengatasi kecemasan sosial siswa. Awalnya, siswa mungkin mengalami kecemasan sosial karena berbagai alasan. Ini termasuk tekanan dari

sekolah dan lingkungan sosial yang menuntut keterampilan sosialisasi yang tinggi, ketakutan akan penilaian negatif dari teman sebaya, dan kurangnya percaya diri. Semua faktor ini secara langsung berkontribusi pada munculnya kecemasan sosial, menyebabkan siswa merasa tidak nyaman atau gelisah. Siswa yang mengalami kecemasan sosial ini mungkin menghadapi berbagai konsekuensi negatif, termasuk isolasi sosial, penurunan kinerja akademis, dan masalah emosional serta psikologis.

Siswa dapat menggunakan teknik komunikasi antar personal untuk mengatasi kecemasan sosial. Komunikasi antar personal mencakup pola interaksi antar personal yang melibatkan pertukaran pesan verbal dan nonverbal antara individu ini termasuk berbagi perasaan, saling mendengarkan, memberikan dukungan emosional, dan menggunakan strategi asertif yang dapat meningkatkan kepercayaan diri. Dengan menggunakan strategi komunikasi yang tepat, siswa memiliki kemampuan untuk menciptakan lingkungan sosial yang lebih mendukung dan nyaman, yang memungkinkan mereka mengurangi ketakutan mereka.

Siswa dapat meningkatkan interaksi sosial mereka dan mengurangi gejala kecemasan sosial dengan menggunakan teknik komunikasi antar personal yang efektif. Komunikasi yang lebih baik, ekspresi emosional yang lebih baik, dan dukungan sosial yang lebih kuat dari lingkungan sekitar semuanya merupakan tanda-tanda perbaikan ini. Akhirnya, proses ini membantu siswa belajar keterampilan sosial, meningkatkan kesehatan mental mereka, dan belajar menghadapi tantangan sosial di sekolah. Oleh karena itu menunjukkan bahwa

intervensi melalui strategi komunikasi antar personal sangat penting dan strategis dalam membantu siswa di SMA Negeri 1 Labuhan Deli mengatasi dan mengelola kecemasan sosial mereka.

3.4 Kategorisasi Penelitian

Tabel 1 Kategorisasi Penelitian

Konsep Teoritis	Kategorisasi
Strategi Komunikasi Antar Personal Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial	1. Komunikasi Antar Personal 2. Kecemasan Sosial 3. Siswa 4. Komunikasi Pendidikan

3.5 Narasumber

Narasumber merupakan orang yang memberikan sejumlah informasi tentang topik yang dibahas. Seorang narasumber juga harus memiliki pengetahuan dan pengalaman yang relevan dan memadai, serta kemampuan untuk menyampaikan perspektif yang benar dan objektif (Sinaga et al., 2023). Narasumber pada penelitian ini berjumlah 7 orang.

Narasumber dalam penelitian ini yaitu Siswa kelas 12 dipilih karena pengalaman pribadi siswa akan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang kesulitan yang dihadapi dalam interaksi sosial dan teknik komunikasi yang mereka gunakan untuk mengatasi kecemasan. Informasi yang diperoleh dari para siswa ini sangat penting untuk memahami dinamika internal yang mempengaruhi kecemasan sosial.

Guru bimbingan konseling (BK) dipilih sebagai narasumber karena sangat

membantu siswa yang mengalami masalah emosional dan sosial. Mereka memiliki pengetahuan dan pengalaman dalam menangani kecemasan sosial pada siswa. Pandangan mereka penting untuk menilai efektivitas pendekatan yang digunakan dalam mengatasi kecemasan sosial.

Teman sebaya atau teman sekelas dipilih sebagai narasumber karena sering memberikan dukungan emosional kepada siswa. Mereka memiliki kesempatan untuk melihat dan berinteraksi langsung dengan temannya dan jenis komunikasi yang mereka gunakan untuk memberikan dukungan. Informasi ini penting untuk memahami dinamika komunikasi dalam kelompok teman dan bagaimana dukungan sosial dapat mempengaruhi pengurangan kecemasan sosial.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

a. Observasi

Secara umum, observasi adalah proses mengamati dan mencatat fenomena yang sedang dipelajari secara sistematis. Selain itu, observasi juga merupakan metode pengumpulan data, yang melibatkan atau meninjau kondisi yang sedang terjadi langsung di lokasi penelitian untuk menunjukan bahwa desain desain penelitian adalah benar (Jaelani et al., 2019).

Jika sesuai dengan tujuan penelitian, aktivitas observasi ini menjadi salah satu teknik pengumpulan data, harus direncanakan dan dicatat secara sistematis dan terkendali untuk reabilitas dan validitasnya. Karena bergantung pada indera penglihatan sebagai alat yang lebih baik daripada Indera pendengaran, yang hingga saat ini masih inferior. Observasi adalah teknik yang sangat umum

digunakan dalam penelitian kualitatif. Catatan lapangan sangat bergantung pada apa yang dilihat oleh mata dan kamera sebagai bantuan (Ali, 2020).

b. Wawancara

Wawancara adalah jenis komunikasi tatap muka antara dua orang atau lebih. Pewawancara adalah satu pihak, dan orang yang diwawancarai adalah pihak lainnya. Pewawancara mengajukan beberapa pertanyaan kepada orang yang diwawancarai untuk mendapatkan jawaban, seperti mengumpulkan informasi. Wawancara memiliki banyak keuntungan, seperti memungkinkan pewawancara untuk berinteraksi dengan narasumber dan mencegah kesalahpahaman antara pewawancara dan narasumber. Wawancara juga memungkinkan pewawancara untuk membangun hubungan baik dengan narasumber dan mengamati respons nonverbal mereka, yang dapat memberikan informasi tambahan (Amitha Shofiani Devi et al., 2024).

Wawancara terstruktur digunakan ketika peneliti yakin tentang informasi yang akan diperoleh. Dalam wawancara terstruktur ini, pengumpul data telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan tertulis dengan jawaban alternatif yang telah disiapkan sebelumnya. Dalam wawancara terstruktur ini, setiap responden diberikan pertanyaan yang sama, dan peneliti mencatatnya. Keuntungan dari wawancara terstruktur adalah pengumpulan data yang konsisten, yang meningkatkan keandalan dan validitas data karena semua responden dinilai menggunakan parameter yang sama. Ini juga memudahkan pewawancara yang kurang berpengalaman untuk melakukan wawancara dengan efektif (Putri & Murhayati, 2025).

Karakteristik wawancara terstruktur yaitu, pertanyaan standar pada wawancara terstruktur melibatkan penggunaan pertanyaan standar yang telah disiapkan sebelumnya untuk setiap peserta. Kosistensi yaitu tujuan dari wawancara terstruktur adalah untuk memastikan pengumpulan data yang konsisten dan memungkinkan perbandingan antara tanggapan dari responden yang berbeda. Serta penelitian terkontrol pada wawancara terstruktur memberi peneliti banyak kontrol saat mereka mengumpulkan data (Wardhana & Iba, 2024).

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah kegiatan pengumpulan, pemilihan, pengelolaan, dan penyimpanan informasi dalam bidang ilmu pengetahuan. Dokumentasi ini tidak terbatas pada dokumentasi pustaka perhatian bidang dokumentasi juga tertuju pada semua bentuk informasi, pengetahuan, dan sejarah yang bernilai. Dokumen dapat datang dalam berbagai bentuk, termasuk literatur atau pustaka, gambar, video, suara, rekaman audio, dan sebagainya (Amitha Shofiani Devi et al., 2024).

3.7 Teknik Analisis Data

Menurut Miles dan Huberman dalam (Sofwatillah et al., 2024), analisis data membuat peneliti bingung antara memikirkan data yang ada dan merencanakan untuk mengumpulkan data baru. mengubah informasi yang tidak jelas dan mengarahkan analisis yang sedang berlangsung tentang dampak generasi kerja lapangan. Metode ini didasarkan pada positivisme. Analisis data didasarkan pada penelitian lapangan di satu atau lebih lokasi. Oleh karena itu, sebelum melakukan analisis data, analisis harus mempertimbangkan apakah pengumpulan data dilakukan di satu lokasi, dua lokasi, atau lebih dari dua lokasi. Setelah memahami

lokasi penelitian, data dipetakan atau dijelaskan dalam sebuah matriks.

a. Reduksi Data

Reduksi data adalah proses berkelanjutan yang berfokus pada pemilihan, abstraksi, dan transformasi data mentah yang berasal dari catatan lapangan tertulis. Menyimpulkan, mengkode, menelusur tema, dan membuat gugus-gugus merupakan beberapa contoh reduksi data.

b. Penyajian Data

Penyajian data adalah sekumpulan data diorganisir untuk memungkinkan penarikan kesimpulan dan pengambilan Tindakan. Data kualitatif dapat disajikan dalam bentuk teks naratif, matriks, grafik, jaringan, atau diagram.

c. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan dilakukan secara terus-menerus. Mulailah mencari makna objek, mencatat keteraturan pola (dalam catatan teoretis), penjelasan, konfigurasi yang mungkin, urutan sebab-akibat, dan usulan sejak awal pengumpulan data.

3.8 Waktu dan Lokasi Penelitian

Lokasi penelelitian ini berada di Sma Negeri 1 Labuhan Deli Jalan Serbaguna Ujung Psr IV Helvetia, Tj Gusta, Kecamatan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara, 20373 dan waktu penelitian dilaksanakan pada 21 Juli sampai dengan 28 Juli 2025.

BAB IV

HASIL PENELTIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Gambar 2 Lokasi Penelitian SMA Negeri 1 Labuhan Deli

Sumber: Dokumentasi Peneliti, 2025

SMA Negeri 1 Labuhan Deli terletak di jalan Serbaguna Ujung Psr IV Helvetia, Tj Gusta, Kecamatan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara, 20373. Peneliti melakukan observasi terlihat bahwa aktivitas komunikasi siswa di kelas sangat beragam. Beberapa siswa tampaknya tidak tertarik untuk bertanya atau berbicara aktif, seperti yang ditunjukkan oleh kecenderungan mereka untuk diam dan hanya menjawab pertanyaan jika diminta oleh guru. Sebaliknya, siswa yang lebih percaya diri cenderung lebih sering berinteraksi dengan teman sebaya dan guru mereka, yang memungkinkan mereka untuk dengan bebas mengungkapkan pendapat mereka. Untuk menghindari kecemasan sosial, beberapa siswa memilih untuk tidak aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler, menghindari presentasi di depan kelas, atau duduk di sudut ruangan saat istiraha

Penghindaran menciptakan suasasana yang sulit di mana siswa semakin kehilangan kesempatan untuk mempelajari keterampilan sosial, yang pada akhirnya memperkuat keyakinan negatif mereka bahwa mereka tidak mampu berkomunikasi. Saat siswa semakin menarik diri, mereka menjadi kurang terlihat oleh teman sebaya dan guru mereka, yang pada akhirnya dapat menyebabkan isolasi sosial yang lebih dalam.

Teman-teman siswa merespons dengan empati daripada penghakiman, dan siswa merasa nyaman untuk berbagi perasaan cemas mereka. Seorang siswa, contohnya, yang takut melakukan presentasi di kelas akan memberi tahu teman-temannya di kelompok tentang kekhawatirannya, dan teman-temannya akan memberikan dukungan moral. Siswa mencoba menyesuaikan diri dengan menunjukkan sisi lain dari diri mereka. Salah satu contohnya adalah beberapa siswa yang mencoba mencairkan suasana dengan komedi ringan, meskipun mereka masih merasa cemas. Mereka melakukan ini agar tidak terlihat tertutup atau canggung saat berbicara dengan orang lain. Siswa yang ingin diterima dalam lingkungan sosial tetapi belum sepenuhnya nyaman berinteraksi secara sosial biasanya menggunakan strategi ini. Sebaliknya, ada juga strategi internal, seperti berbicara pada diri sendiri secara positif atau membangun keinginan untuk terus mencoba bahkan saat gugup.

Siswa sering latihan percakapan mereka dengan teman dekat sebelum berinteraksi dengan orang lain di luar kelompok. Mereka akan membahas topik apa yang akan mereka bicarakan, bagaimana memulai percakapan, dan bagaimana bertindak jika

percakapan tidak berjalan sesuai harapan. Latihan ini membuat merasa lebih percaya diri, yang sangat penting untuk menghadapi situasi sosial yang lebih luas.

Siswa dengan latar belakang tertentu mungkin lebih suka mengungkapkan kecemasan mereka kepada pihak ketiga, seperti orang tua atau kerabat, sebelum berbicara dengan guru mereka. Metode ini menjelaskan bagaimana mereka dibesarkan, di mana masalah sering diselesaikan melalui perantara daripada secara langsung. Strategi ini, meskipun tidak seefektif komunikasi langsung, menunjukkan upaya siswa untuk mencari bantuan dengan cara yang tidak konvensional dan menunjukkan keinginan yang kuat untuk menyelesaikan masalah mereka.

4.2 Hasil Wawancara

Pada bagian ini peneliti akan melanjutkan untuk menyajikan dan menganalisis hasil observasi yang telah dilakukan di lapangan dengan menerapkan teknik pengumpulan data yang telah dijelaskan sebelumnya dari penelitian. Dalam hal ini, peneliti mengharapkan pendekatan kualitatif, yaitu dengan menggunakan data secara rinci dan mendalam melalui wawancara dengan berbagai sumber yang relevan serta mendokumentasikan informasi yang diperoleh dari sumber-sumber tersebut secara terstruktur.

Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan gambaran yang lebih lengkap dan mendalam mengenai fenomena yang sedang diteliti. Penelitian ini dilaksanakan pada 21 Agustus dan 28 Agustus 2025 di SMA Negeri 1 Labuhan Deli. Sebelum melakukan penelitian, penelti sudah meminta izin dengan Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Labuhan Deli. Pada penelitian ini, peneliti

melakukan wawancara dengan 7 narasumber yaitu guru bk, siswa, dan teman siswa di SMA Negeri 1 Labuhan Deli yang telah ditentukan peneliti dan susuai dengan kritetia penelitian.

Peneliti melakukan wawancara secara langsung dengan informan tentang Strategi Komunikasi Antar Personal Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial. Oleh karena itu, penulis melakukan penelitian untuk menggali informasi agar mendapatkan hasil yang relevan dari penelitian ini. Penelitian ini bukanlah hasil karangan penulis, melainkan berdasarkan realita yang terjadi di lapangan dan dilakukan langsung oleh narasumber yakni kualitatif. Sehingga peneliti mendapatkan hasil penelitian tersebut dan menjadi nyata serta asli. Dengan demikian, permasalahan yang terjadi dapat terjawab di bab ini yaitu untuk mengetahui bagaimana strategi komunikasi antar personal siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial.

Wawancara yang akan peneliti kemukakan tentang permasalahan yang sudah dijelaskan pada bab 1, yakni bagaimana strategi komunikasi antar personal siswa SMA Negeri 1 labuhan Deli dalam mengatasi kecemasan sosial. Ketika peneliti bertanya tentang apa saja faktor yang menurut Bapak/Ibu menyebabkan siswa mengalami kecemasan dalam berinteraksi sosial. Informan Anisa Maulida Husni menjawab:

> “Dari dalam diri dia kenapa karena di sini itu siswa kebanyakan dia orang tuanya itu broken home dan tingkat ekonominya itu apa namanya menengah ke bawah jadi mungkin makanya dia menjadi tertutup itulah alasannya menurut saya ya karena dia kurang terbuka soalnya dia terbentuk dari rumah seperti itu terus pun dia aturan terbuka sama kawan-kawannya karena di kelas ada yang disembunyi dia, jadi itu salah satu faktornya karena disini kebanyakan kaya gitu broken home dan ekonomi

menengah ke bawah, bayar sekolah aja disini kan pertiga bulan”

Siswa memiliki keterbatasan dalam komunikasi terbuka karena interaksi kompleks antara faktor internal (psikologis) dan eksternal (kondisi sosial ekonomi dan keluarga). pandangan bahwa latar belakang sosial ekonomi dan struktur keluarga merupakan variabel penting dalam upaya mereka mengatasi kecemasan sosial yang muncul di lingkungan sekolah. Ketika peneliti bertanya bagaimana pendekatan atau komunikasi yang biasanya Bapak/Ibu lakukan kepada siswa tersebut Informan Anisa Maulida Husni menjawab:

> “Kalau ibu biasa itu konseling individual pertama itu apain itu ibu dekatkan diri dia dulu itu tanya dulu dia di kelas itu gimana gitu kan sama teman interaksinya baik atau tidak di rumah dia seperti apa dan ibu juga tanya sama teman sebayanya apalagi dengan selanjutnya kan dia itu di mana di kelas apakah dia mempunyai permasalahan di dalam guru mata pelajaran atau dia kurang mengerti dengan guru mata pelajaran dan tidak berani bertanya tuh”

Metode komunikasi yang empatik dan partisipatif digunakan, sesuai dengan pendekatan yang dijelaskan oleh informan. Dengan membangun kedekatan emosional sejak awal, guru bk dapat menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi siswa untuk berbicara tentang masalah mereka. Selain itu, triangulasi informasi dengan rekan memperkuat validitas hasil. Upaya ini tidak hanya berfokus pada masalah akademis, tetapi juga mempertimbangkan aspek sosial dan emosional siswa sebagai faktor penentu interaksi sosial dan pembelajaran yang berhasil di sekolah. Ketika peneliti bertanya apa bentuk dukungan komunikasi antarpersonal (misalnya dari teman atau guru lain) yang terbukti membantu siswa. Informan Anisa Maulida Husni menjawab:

> “Kalau ibu udah ibu tanya gitu kan sama si anak ini terus dari orang tuanya ibu panggil orang tuanya ibu ceritakanlah dia permasalahan jadi

> kelas permasalahan dia gitu di sama kawan kayak mana dia mana di situlah nanti kita tahu dia sama orang tuanya seperti apa dan kesibukan orang tuanya itu seperti apa, tapi kok memangnya itu nggak selesai masalahnya ibu langsung datang ke rumahnya jadi pendekatan antara si anak sama orang tua kemarin kan anak sama orang tua ini pendekatannya kurang baik kan sebab orang tua di sini kebanyakan kayak mana ya rata-rata sama ekonominya itu rendah"

Prinsip komunikasi antar personal yang proaktif, empatik, dan berorientasi pada pemecahan masalah tercermin dalam pendekatan yang digunakan oleh informan. Dengan melibatkan orang tua dan melakukan kunjungan ke rumah, konselor tidak hanya mengandalkan informasi dari satu pihak, mereka juga membangun kerja sama antara sekolah dan keluarga sebagai langkah strategis untuk membantu siswa mengatasi tantangan sosial dan akademik. Menurut teori komunikasi atar personal DeVito, strategi ini sejalan dengan prinsip keterbukaan dan dukungan. Interaksi yang terbuka dan suportif yang melibatkan semua pihak terkait dianggap dapat meningkatkan efisiensi dalam menangani masalah siswa. Ketika peneliti bertanya apakah ada program atau kegiatan di sekolah yang bertujuan meningkatkan kepercayaan diri atau keterampilan sosial siswa. Informan Anisa Maulida Husni menjawab:

> "Itu disini itu ada literasi literasi itu mengenai minat dan bakat siswa setiap hari rabu tampil setiap kelas contohnya kayak orang ini satu kelas itu mau menampilkan apa nyanyi misalkan gitu kan rame-rame atau menampilkan drama yang penting ada yang orang ini tampilkan dan yang lain itu yang menunggu giliran baris macam baris upacara cuman di tengah-tengah orang itu nampil kostum orang itu yang bawa cuman memang habis selesai literasi orang itu langsung memakai baju sekolah tidak dibenarkan memakai itu sampai jam pelajaran habis"

Aktivitas literasi ini, bersama dengan pengembangan minat dan bakat, menunjukkan strategi pembelajaran komprehensif di mana perkembangan kognitif,

afektif, dan psikomotorik siswa seimbang. Kegiatan ini tidak hanya membantu siswa mengembangkan kreativitas mereka, tetapi juga meningkatkan keterampilan komunikasi, kepercayaan diri, dan kemampuan mereka untuk bekerja sama. Program ini menciptakan lingkungan sekolah yang lebih dinamis dan inklusif dengan dijadwalkan dan dilaksanakan secara terstruktur. Ketika peneliti bertanya bagaimana peran guru BK dalam menjembatani hubungan antara siswa yang cemas dengan teman sebayanya. Informan Anisa Maulida Husni menjawab:

> "Kalau ibu pribadi menyebarkannya mendekatkan diri lah sama siswa lebih terbuka sama siswa karena kan orang ini kalau kita langsung marah-marah kan orangnya langsung takut gitu kan nggak mau cerita sama kita kalau ibu pribadi Ibu merangkul, merangkul dia maunya apa ibu, ibu ikutin dulu alurnya kan misalnya dia belum mau terbuka ya udah ibu ikuti alurnya lama-lama ibu pancing ibu buka itu nanti gimana pula dengan anak yang memiliki tingkat emosinya tinggi kita kita ceritakanlah kita dengar lah keluh kesah dia kan nanti baru habis itu kita kasih lihat pengertian sama dia tapi lama-lama paham sebenernya anak-anak ini baik cuman karena itulah yang saya bilang kurang pedulinya orang tua"

Pada dasarnya, sebagian besar siswa memiliki sifat-sifat positif. Namun, kendala yang sering muncul berasal dari kurangnya perhatian dan partisipasi orang tua dalam kehidupan anak. Kondisi ini dapat berdampak pada perkembangan sosial-emosional siswa, termasuk kemampuan mereka mengelola emosi dan membangun hubungan interpersonal. Oleh karena itu, peran guru bimbingan dan konseling menjadi sangat penting sebagai individu yang membantu siswa memenuhi kebutuhan emosional mereka sambil memberikan dukungan dari lingkungan sekolah. Ketika peneliti bertanya seberapa besar peran komunikasi pendidikan (misalnya pengajaran terbuka, diskusi kelas) dalam mengurangi kecemasan sosial. Informan Anisa Maulida Husni menjawab:

> “Seberapa besar itu sangat hampir 100% tuh ibu rasa karena setiap proses pembelajaran itu kan pastinya kan ada diskusi kelompok itu di dalam satu materi ada sekitar 2 kali membuat kelompok 1 dan juga ada sebagian yang apa proses pembelajaran di luar dengan suasana luasnya di sini itu biasakan sosiologi sama bu dwi pembelajaran di luar gini biar anak-anak masih semangat belajarnya atau kadang geografi itu keliling-keliling sekolah tanya ini bunga ini dijelaskannya ini daunnya terbuat dari ini ini kegunaannya seperti itu di sini ya kebanyakan di luar di dalam pun juga adalah cuman untuk meng apa suasana hati siswa”

Kegiatan pembelajaran ini, yang memadukan diskusi kelompok dan pembelajaran berbasis lingkungan, mencerminkan prinsip pembelajaran berpusat pada siswa, di mana siswa berperan sebagai subjek aktif dalam proses pembelajaran. Metode ini sejalan dengan teori pembelajaran konstruktivis, yang menekankan bahwa interaksi sosial dan pengalaman langsung sangat penting untuk membangun pengetahuan. Oleh karena itu, pendekatan yang digunakan guru tidak hanya membantu dalam menyampaikan materi tetapi juga meningkatkan kemampuan siswa untuk berkomunikasi, bekerja sama, dan menjadi lebih percaya diri. Ketika peneliti bertanya apa kendala yang dihadapi guru dalam mendampingi siswa yang mengalami kecemasan sosial. Informan Anisa Maulida Husni menjawab:

> “Kalau kendala ada kendalanya itu kadang dia suka kurang terbuka jadi sebelum itu jadi kita nggak bisa langsung ambil kesimpulan kita langsung kita harus pandai-pandai bertanya gitu kan bertanya sama dia ngambil hati kita tengok suasana hatinya itu kadang anak-anak kadang kok ditanya nggak apa-apa bu padahal gapapanya Itu ada apa-apanya artinya harus terus menerus menelusuri”

Guru menghadapi kendala utama dalam membimbing siswa dengan kecemasan sosial karena kecenderungan siswa untuk kurang terbuka tentang perasaan dan masalah mereka. Akibatnya, guru tidak dapat mengetahui atau

menarik kesimpulan tentang situasi sebenarnya yang dialami siswa. Akibatnya, guru harus menggunakan pendekatan komunikasi yang lebih mendalam, dimulai dengan membangun kedekatan emosional, membangun kepercayaan, dan memilih cara yang tepat untuk mengajukan pertanyaan agar siswa merasa aman untuk berbagi cerita mereka. Meskipun menghadapi tantangan, pendidik harus lebih waspada terhadap bahasa tubuh, percakapan, dan perubahan suasana hati. Agar guru dapat mengidentifikasi dan memahami secara menyeluruh masalah siswa serta memberikan bimbingan yang efektif, proses ini membutuhkan kesabaran, upaya investigasi, dan keterampilan antar personal yang memadai. Ketika peneliti bertanya Adakah saran Bapak/Ibu agar lingkungan sekolah lebih mendukung siswa yang mengalami kecemasan sosial. Informan Anisa Maulida Husni menjawab:

> "Kalau saran saya apa ya mungkin lebih ke dekatan diri ke anak kadang kan setiap guru ini dia mengajar itu kan sendiri versinya gitu kan menghadap langsung ke anak maksud saya itu langsung mendekatkan diri di depan ada nggak yang nggak ngerti gitu kan langsung ditanya ke anak ini cuman memang terkadang kan kita nggak bisa kayak gitu juga kan karena kan ini kan SMA kan udah mau ke kuliah jadi untuk anak-anak itu belajar mandiri tapi sebenarnya anak-anaknya nggak bisa nggak bisa untuk dia mengetahui materi itu ya udah cari sendiri dia enggak bisa dia harus dituntut memang di iya karena ibu tengok memang di sini tuh kebanyakan untuk yang ke atas ke Universitas itu agak kurang peminatnya kalau di sini apalagi itu kedinasan kurang kalau di sini Ibu tengok banyak yang memilih angkatan sama yang kerja gitu kalau untuk kuliah ada beberapa persen"

Guru dapat lebih dekat dengan siswa dengan bertanya langsung apakah mereka memahami materi pelajaran. Siswa SMA diharapkan belajar secara mandiri, tetapi mereka masih kesulitan memahami pelajaran tanpa bantuan. Siswa

tidak terlalu tertarik untuk kuliah, dan sebagian besar memilih untuk bekerja atau bergabung dengan militer. Orientasi pendidikan siswa juga memengaruhi kemandirian belajar ini. Oleh karena itu, untuk meningkatkan motivasi belajar dan keterbukaan siswa, guru harus menggunakan komunikasi antar personal yang proaktif, empatik, dan suportif.

Peneliti akan menanyakan dengan siswa terkait apakah kamu sering merasa cemas saat berada di lingkungan sosial sekolah, informan Malika Adawiyah menjawab:

> "Biasanya kalo disuruh maju kedepan presentasi gitu sering merasa cemas kok kayak lagi disuruh ke depan gitu kalau nggak disuruh berdiri gitu kadang-kadang takut gitu ngomong"

Menunjukkan gejala kecemasan saat menghadapi situasi di mana dia harus berbicara di depan umum, seperti ketika dia diminta berdiri untuk memberikan pendapat atau presentasi. Dalam situasi sosial formal, perasaan takut, gugup, dan tidak nyaman muncul secara spontan, menandakan kecemasan. Fenomena ini menunjukkan bahwa mungkin ada hambatan dalam komunikasi antar personal yang terkait dengan harga diri rendah atau kecemasan sosial. Informan Aura Adelia menjawab:

> "kaya susah dalam pelajaran takut nilainya jelek pas kelulusan sekolah ini"

Tampaknya ada kekhawatiran tentang prestasi akademik, terutama mengenai kesulitan memahami pelajaran dan ketakutan mendapatkan nilai rendah. Kekhawatiran ini semakin meningkat seiring dengan mendekatnya kelulusan, yang mengindikasikan tekanan psikologis pada kinerja akademik. Hal ini dapat

mencerminkan tingkat stres akademik yang dialami siswa, terutama saat menghadapi evaluasi pendidikan formal dan persyaratan kelulusan.

Informan Syahrani Zuhra menjawab:

> "Kalau cemas sih ada kak kaya ketakutan beradaptasi sama lingkungan contohnya sama temen-temen yang baru deket itu agak ragu, kek mana bilangnya ya kan belom kenal pasti ada ketakutan"

Adanya kecemasan selama proses adaptasi sosial, terutama saat berinteraksi dengan teman atau lingkungan baru. Informan merasa ragu dan takut ketika harus berbicara dengan orang baru. Ini menunjukkan bahwa Anda menghadapi kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial baru. Ini mungkin karena Anda mengalami kecemasan sosial atau kesulitan membangun hubungan antar personal pada tahap awal perkenalan. Ketika peneliti bertanya Bagaimana kamu biasanya merespons ketika harus berbicara di depan umum atau berdiskusi kelompok. Informan Malika Adawiyah menjawab:

> "Biasanya kek nguatin diri dulu sih kak ngumpulin keberanian dulu diem sebentar ngumpulin energi dulu barulah"

Bahwa mereka lebih cenderung melakukan upaya penguatan diri ketika berada dalam situasi yang menyebabkan kecemasan atau stres. Untuk menerapkan strategi ini, perlu menenangkan diri sejenak, mengumpulkan keberanian, dan mempersiapkan energi mental sebelum bertindak atau berbicara. Ini menunjukkan bahwa orang memiliki mekanisme koping internal yang mereka gunakan untuk mengelola stres dan meningkatkan kesiapan emosional mereka dalam menghadapi situasi yang menantang. Informan Aura Adelia menjawab:

> "Harus sesuai jawabannya sih kak biar ngga malu biar nggak salah jawaban kek sama guru kek presentasi harus sesuai jawabannya biar nggak

diketawain kawan-kawan atau disorakin orang itu”

Ada tekanan internal untuk menjawab dengan benar dalam konteks akademik, seperti menjawab pertanyaan guru atau memberikan presentasi. Kekhawatiran akan penilaian negatif di lingkungan sosial, seperti malu, takut ditertawakan, atau sorakan dari teman sebaya, mendorong untuk memberikan jawaban yang benar. Hal ini menunjukkan adanya kecemasan evaluatif, juga dikenal sebagai kecemasan evaluasi, yang terkait dengan sensitivitas terhadap penilaian sosial dan keinginan untuk mempertahankan persepsi diri sendiri di mata orang lain. Informan Syahrani Zuhra menjawab:

“kalau respon sih agak deg-degan dikit tapi dibawa santai aja”

Ketika menghadapi situasi tertentu, dia mengalami respons fisiologis ringan seperti merasa tegang atau gugup (seperti jantung berdebar), tetapi dia mencoba mengelola ini dengan tetap tenang. Ini menunjukkan adanya strategi regulasi emosi adaptif, di mana individu berusaha menyeimbangkan respons emosional mereka untuk tetap tenang dan terkendali saat menghadapi situasi. Ketika peneliti bertanya Apakah kamu pernah menghindari situasi tertentu karena rasa takut dinilai atau ditolak oleh orang lain. Informan Malika Adawiyah menjawab:

“sering sih kak biasanya kek nengok dia dulu orang nya kek mana kalau misalnya nyambung deketin kalau nggak gausah sih kak karna memang nggak nyambung”

Dalam menjalin hubungan sosial, ia cenderung melakukan observasi awal terhadap karakter atau kepribadian orang lain sebelum memutuskan untuk mendekat atau membangun interaksi lebih lanjut. Jika dirasa terdapat kecocokan atau komunikasi yang nyambung, maka akan berupaya menjalin kedekatan.

Sebaliknya, apabila tidak ditemukan kecocokan, ia memilih untuk tidak melanjutkan interaksi. Hal ini mencerminkan adanya proses selektif dalam pembentukan relasi sosial, yang didasarkan pada persepsi terhadap kenyamanan, kesamaan, dan potensi hubungan antar personal yang positif. Informan Aura Adelia Menjawab:

> "Nggak berarti nerima aja kalau misalkan ditolak karna itu penilaian orang terhadap kita"

Menunjukkan sikap menerima terhadap penolakan sosial, melihat penolakan sebagai persepsi subjektif orang lain terhadap diri mereka sendiri. Ini menunjukkan pemahaman tentang realitas sosial bahwa tidak semua orang akan merespons secara positif. Ini juga menunjukkan kemampuan untuk menerima umpan balik eksternal tanpa bereaksi berlebihan. Konsep ini dapat dikaitkan dengan dalam menghadapi dinamika interaksi sosial dan kematangan emosional.

Informan Syahrani Zuhra menjawab:

> "Pernah kak ya kaya kemaren itu kan ada kerja kelompok penilaian orang itu aku sedih banget kek ih dia ka ngga pantas di kelompok kita dia kan kek gini kek introvert jadi kaya merasa takut menghindar kelompok itu"

Pengalaman negatif saat bekerja dalam kelompok di mana dia merasa tersisih atau tidak diterima oleh anggota kelompok lain karena dianggap memiliki kepribadian introvert, yang menyebabkan kesedihan, ketakutan, dan keinginan untuk menghindari kelompok. Hal ini menunjukkan dampak psikososial dari stigma atau stereotip terhadap kepribadian tertentu, yang dapat memengaruhi harga diri seseorang dan keinginan mereka untuk terlibat dalam kegiatan sosial atau akademik. Situasi ini menyoroti pentingnya penerimaan sosial dalam

menciptakan rasa aman dan nyaman saat berinteraksi dengan orang lain dalam kelompok. Ketika peneliti bertanya siapa orang pertama yang biasanya kamu hubungi atau ceritakan saat merasa cemas. Informan Malika Adwiyah menjawab:

> "Kalau sekarang sih yang deket sih kak temen sebangku"

Intensitas interaksi yang tinggi, baik verbal maupun nonverbal, yang terjadi setiap hari di ruang kelas, kedekatan ini cenderung terbentuk secara alami. Tata letak tempat duduk yang rapat memungkinkan orang untuk berkomunikasi lebih sering, berkolaborasi dalam tugas sekolah, dan berbagi pengalaman pribadi. Ini memperkuat ikatan sosial. Dalam perkembangan sosial remaja, teman sebangku dapat memberikan rasa aman dan dukungan sosial yang penting. Hubungan dalam kasus ini terbentuk bukan hanya karena minat atau kepribadian yang sama faktor situasional dan struktural dalam lingkungan sekolah juga berperan. Informan Aura Adelia menjawab:

> "Orang tua, ya kek orang tua tuh kek ditelpon misalkan ma saya cemas kenapa ditanya nya baru dikasih tau gimana baiknya"

Pada situasi yang memicu kecemasan, dia cenderung mencari dukungan emosional dari orang tuanya, terutama ibunya. Mereka akan menghubungi ibunya terlebih dahulu untuk memberitahunya tentang situasi saat ini. Di yakini bahwa informan menjadi lebih tenang dan diberi bimbingan untuk mengatasi masalah yang mereka hadapi jika orang tua merespons dengan mengajukan pertanyaan dan menawarkan saran. Hal ini menyoroti peran penting orang tua sebagai penyedia dukungan emosional. Informan Syahrani Zuhra menjawab:

> "Teman terdekat"

Persahabatan yang erat juga berkontribusi pada pengembangan keterampilan sosial, empati, dan rasa memiliki terhadap lingkungan sosial. Persahabatan juga memainkan peran penting dalam pembentukan identitas diri, meningkatkan kesehatan psikologis, dan membantu individu mengatasi tantangan emosional dan sosial. Kedekatan ini biasanya dibangun melalui pengalaman bersama, minat yang sama, dan kepercayaan yang berkembang seiring waktu. Ketika peneliti bertanya bagaimana komunikasi dengan teman atau guru memengaruhi perasaanmu dalam situasi sosial. Informan Malika Adwiyah menjawab:

> "Kalau itu tergantung sikap gurunya juga sih kalau gurunya enak awak ngomongnya jadi lancar gitu, kalau gurunya ngga welcome ya sebatas batas ajalah"

Sikap dan pendekatan guru sangat memengaruhi kenyamanan informan dalam berkomunikasi dengan guru. Jika guru ramah, terbuka, dan komunikatif, informan akan merasa lebih nyaman dalam menyampaikan pendapat atau pertanyaan mereka, yang mengarah pada interaksi yang lancar. Sebaliknya, jika guru kurang terbuka atau tampak tidak responsif, informan akan cenderung berbicara hanya jika perlu. Hal ini menunjukkan bahwa sifat dan cara interaksi guru sangat penting untuk menciptakan iklim komunikasi yang positif antara guru dan siswa. Pendekatan guru yang suportif telah terbukti meningkatkan partisipasi aktif siswa, memperkuat hubungan interpersonal, dan meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam proses pembelajaran.

Informan Aura Adelia menjawab:

> "Nggak, temen karna dia nggak bisa ngasih solusi juga"

Menunjukkan bahwa teman sebaya memiliki persepsi terbatas tentang kemampuan mereka untuk memberikan dukungan. menunjukkan bahwa informan tidak percaya bahwa dukungan teman sebaya efektif dalam membantu pemecahan masalah. Selain itu, preferensi ini menunjukkan kecenderungan orang untuk mencari dukungan dari mereka yang dianggap lebih ahli, seperti orang tua atau guru. Informan Syahrani Zuhra menjawab:

> "Kadang kalau saya merasa deg-degan teman itu kaya dibilang apa ya jangan terlalu tegang kalau ditanya guru dan guru pun bilang juga gitu kak"

Menerima dukungan emosional dari lingkungan sosial terdekat, seperti teman sebaya dan guru. Teman-teman memberikan dorongan agar tidak terlalu tegang, dan guru juga melakukan hal yang sama untuk membantu menciptakan suasana yang lebih nyaman. Ini menunjukkan bahwa ada dukungan sosial dari teman sebaya dan orang-orang yang berwenang, seperti guru, yang membantu mereka yang mengalami kecemasan. Selain itu, respons positif dari lingkungan sekitar mencerminkan terbentuknya lingkungan sosial yang mendukung, yang dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri dan membuat orang merasa nyaman berinteraksi di sekolah. Ketika peneliti bertanya apakah kamu pernah berbicara dengan guru BK dan bagaimana tanggapan atau bantuan yang kamu dapatkan. Informan Malika Adwiyah menjawab:

> "Kalau ngomong sama guru BK sih belom pernah kak memang jarang cerita-cerita sama orang"

Kecenderungan pribadi untuk menghindari berbagi cerita atau masalah dengan orang lain, termasuk dengan guru atau dukungan psikologis di sekolah. Ini

menunjukkan bahwa informan tidak banyak berinteraksi dengan layanan konseling sekolah. Hal ini bisa berasal dari faktor internal, seperti kecenderungan untuk menekan perasaan (penghambatan emosional), atau faktor eksternal, seperti kurangnya koneksi emosional dengan guru bk. Informan Aura Adelia menjawab:

> "Pernah kalo lagi salah misalkan terlambat ya ngomong buk ini harus apa yang dibersihin terus saya telat apa yang harus saya lakukan gitu jadi guru BK nya bilang bershiin musholah kak gitu, dinasehatin gimana baiknya harus gini ngga boleh gini"

Interaksi ini menunjukkan bahwa peran konselor bimbingan bukan hanya untuk menjatuhkan sanksi, tetapi juga untuk mengajar secara persuasif dan edukatif. Dalam mengatasi perilaku buruk siswa, ini menggabungkan refleksi dan pembelajaran nilai-nilai disiplin dengan proses pemecahan masalah. Kesiapan informan untuk menerima arahan juga menunjukkan kesadaran diri dan keterbukaan terhadap bimbingan sebagai bagian dari proses membentuk perilaku yang lebih baik.Informan Syahrani Zuhra menjawab:

> "Pernah kak dan gurun BK nyari solusi emmm gimana ya nyari solusi jangan ngurung diri terus dibilang dia kumpul lah sama temen-temen walau pun temen-temen itu ngga suka sama kau"

Guru bk aktif membantu menemukan solusi dengan mendorong informan untuk tidak mengisolasi diri atau menarik diri dari lingkungan sosial mereka. Guru bk menyarankan agar informan terus mencoba berinteraksi dan bersosialisasi dengan teman-temannya, meskipun mereka merasa tidak sepenuhnya diterima oleh kelompok sosial mereka. Guru bk membantu siswa belajar mengatasi penolakan sosial atau ketidaksesuaian. Terus terlibat dalam interaksi sosial bahkan di lingkungan yang kurang ideal dengan tujuan

membangun ketahanan pribadi, meningkatkan kepercayaan diri, dan mengurangi kecenderungan isolasi sosial, yang dapat merugikan kesehatan mental remaja. Ketika peneliti bertanya menurut kamu, apa saja hal-hal yang membuat kamu merasa lebih aman dan percaya diri di sekolah. Malika Adawiyah menjawab:

> “Biasanya kalau kaya gitu agak butuh waktu sih kak buat keberaniannya gitu kalau misalnya kek udah harus beraniin diri juga, hal bisa buat percaya diri berani beraniin aja”

Membutuhkan waktu untuk mendapatkan keberanian dalam situasi sosial yang memicu kecemasan sebelum seseorang dapat berpartisipasi aktif dalam interaksi interpersonal. Laporan menunjukkan bahwa dorongan untuk "berani" adalah upaya internal untuk mengatasi kecemasan. Selain itu, proses ini dapat dievaluasi untuk meningkatkan kepercayaan diri individu, yang terkait dengan peningkatan kemampuan mereka dalam menghadapi situasi sosial yang sebelumnya dianggap sulit. Ini melibatkan peningkatan kesadaran diri dan memperkuat keinginan dalam diri untuk beradaptasi secara sosial. Keberanian dan kepercayaan diri dalam komunikasi sosial muncul sebagai hasil dari pengalaman dan keberhasilan sebelumnya dalam situasi serupa.

Informan Aura Adelia menjawab:

> “Percaya diri aja kak sama diri kita ngga usah ngeliat kesamping gausah perduliin omongan orang juga percaya aja sama diri kita aja”

Mengungkapkan bahwa dalam mengatasi kecemasan sosial dengan membangun kepercayaan diri dan menegaskan sikapnya untuk menghindari penilaian atau komentar negatif orang lain. Narasumber menekankan bahwa penerimaan diri dan kepercayaan diri sebagai sumber kekuatan psikologis penting

untuk menavigasi interaksi sosial. kemampuan untuk menyatakan pikiran atau perasaan Anda dengan tegas tanpa khawatir tentang apa yang dipikirkan orang lain. Kepercayaan yang ditegaskan oleh informan sangat penting untuk menumbuhkan komunikasi yang sehat, terbuka, bebas kecemasan, dan tidak terbebani oleh ekspektasi sosial. Informan Syahrani Zuhra menjawab:

> "Kalau nyaman disekolah ya karna kalau mata pelajaran iya kak jadi kaya lebih enak suasana saya sukai itu sejarah indo"

Minat terhadap Sejarah Indonesia memengaruhi rasa nyaman yang dirasakan di sekolah. Informasi menunjukkan bahwa memiliki mata pelajaran favorit dapat membuat belajar lebih menyenangkan. Ini menunjukkan bahwa minat terhadap bahan pembelajaran berkontribusi positif terhadap persepsi kenyamanan di lingkungan sekolah. Siswa yang memiliki minat intrinsik terhadap suatu mata pelajaran dapat meningkatkan keinginan mereka untuk belajar, berpartisipasi lebih aktif dalam proses pembelajaran, dan memperkuat persepsi positif terhadap lingkungan kelas dan sekolah secara keseluruhan. Pengalaman belajar yang positif juga dapat mengurangi kecemasan akademik dan mendukung kesejahteraan emosional siswa di sekolah. Ketika peneliti bertanya apa yang kamu harapkan dari teman-teman dan guru agar kamu bisa lebih nyaman berkomunikasi. Informan Malika Adawiyah menjawab:

> "Feedback dia juga sih kalau kita ngomongnya gimana dia responnya baik gitu nggak cuman diem doang"

Gejala kecemasan sosial, seperti kekhawatiran berlebihan, ketakutan akan penilaian negatif, dan kecenderungan untuk menghindari situasi sosial, dapat muncul sebagai akibat dari interaksi sosial yang kurang umpan balik atau

responsif. Oleh karena itu, umpan balik yang baik dari teman dan guru membantu siswa mengurangi kecemasan sosial dan merasa nyaman saat berinteraksi. Oleh karena itu, bagian penting dari proses adaptasi sosial siswa adalah strategi komunikasi antar rpersonal yang melibatkan pencarian dan penerimaan umpan balik. Umpan balik positif dari lingkungan sosial tidak hanya memperkuat hubungan antar personal tetapi juga meningkatkan hubungan antara siswa dan orang lain. Informan Aura Adelia menjawab:

> "Baik terus kalau temennya itu serius nggak main-main bisa diajak serius juga kak jadi nyaman gitu kalau udah kebanyakan main-main ya ngga nyaman juga kan"

Bagian dari strategi komunikasi antar personal yang efektif dalam membantu siswa mengatasi kecemasan sosial adalah kemampuan mereka untuk menemukan dan memilih lingkungan komunikasi yang mendukung di mana mereka memiliki teman yang serius dan dapat berbicara dengan nyaman. Strategi ini juga berfungsi untuk menciptakan hubungan sosial yang lebih sehat dan berfungsi sebagai bentuk regulasi sosial yang sesuai untuk kehidupan sekolah. Informan Syahrani Zuhra menjawab:

> "Kalau dari temen sih kak berharapnya dia bisa buat saya ngga jadi ketakutan lagi dan saya pun bisa berkawan lebih banyak lagi aturan kawan saya satu jadi lima gitu"

Strategi antar personal ini memanfaatkan teman sebagai pendukung dalam proses membangun hubungan sosial. Strategi ini menekankan pentingnya hubungan positif dalam membantu siswa menjadi lebih percaya diri, mengurangi kecemasan sosial, dan secara bertahap memperluas jaringan pertemanan mereka. Pendekatan ini sejalan dengan komunikasi antar personal yang efektif dan

mendukung perkembangan sosial-emosional siswa di lingkungan sekolah. Ketika peneliti bertanya menurutmu, komunikasi seperti apa yang membuat kamu merasa didengarkan dan dipahami. Informan Malika Adwiyah menjawab:

> "Cerita tentang diri sendiri biar dia juga paham aku orangnya kek mana biar sama-sama paham gitu"

Metode yang digunakan informan untuk menceritakan kisah mereka tentang diri mereka sendiri adalah bagian dari komunikasi antar personal adaptif, di mana keterbukaan membantu orang saling memahami dan membangun hubungan yang saling mendukung. Strategi ini tidak hanya membantu proses integrasi sosial tetapi juga membantu mengurangi kecemasan sosial dengan meningkatkan kepercayaan diri dan penerimaan dalam interaksi sosial. Informan Aura Adelia menjawab:

> "Dia ceritanya pelan-pelan atau saya yang cerita pelan-pelan biar nyaman dan mudah dipahamin dia mau cerita apa pelan ngomongnya"

Strategi komunikasi yang dijelaskan oleh informan merupakan bentuk adaptasi antar personal yang relevan. Dengan mengatur kecepatan komunikasi dan menciptakan ruang yang tenang untuk interaksi, siswa dapat membangun hubungan yang lebih sehat, lebih terbuka, dan saling mendukung. Strategi ini juga membantu membangun komunikasi antar personal yang inklusif dan memberdayakan. Informan Syahrani Zuhra menjawab:

> "Kalau kaya gitu apa ya kak kalau yang memahami itu contohnya saya nggak tau mata pelajaran dan saya minta cari tahu sama mereka minta ajarin dan mereka seneng mendengarin saya, kalau kamu lagi curhat pernah ngga didengar, ngga pernah, sekali pun ngga pernah tukar pikiran sama temen gitu, ngga pernah takut bocor kak"

Kekhawatiran akan penilaian negatif atau pengkhianatan kepercayaan, siswa dengan kecemasan sosial cenderung menghindari acara sosial yang menuntut keterlibatan emosional atau keterbukaan. Perasaan isolasi sosial dan kecemasan sosial diperburuk oleh ketidakmampuan untuk berkomunikasi antar pribadi secara jelas dan mendalam. Strategi komunikasi antar personal informan masih selektif dan terbatas, menunjukkan bahwa, meskipun ada potensi positif dalam interaksi akademis, hambatan psikologis dan kecemasan sosial membuat dukungan sosial emosional belum sepenuhnya dapat diakses. Oleh karena itu, untuk membantu siswa mengembangkan hubungan sosial yang lebih sehat dan kuat, intervensi yang berfokus pada pengembangan keterampilan komunikasi empatik, peningkatan kepercayaan interpersonal, dan pengelolaan kecemasan sosial menjadi penting.

Peneliti akan menanyakan teman sebaya atau teman sekelas terkait dengan apakah kamu mengetahui bahwa temanmu merasa cemas dalam situasi sosial tertentu di sekolah. Informan Marsya Fila Lubis menjawab:

> “Sering ketakutan gitu kayak nggak PD gitu “

Terdapat indikasi kecemasan sosial, juga dikenal sebagai fobia sosial, yang ditandai dengan ketakutan berlebihan terhadap persepsi orang lain, keraguan diri, dan kekhawatiran tentang berinteraksi dengan lingkungan sosial. Fakta ini sejalan dengan gagasan yang dikemukakan oleh La Greca dan Lopez, yang menganggap kecemasan sosial sebagai kondisi psikologis yang mengganggu kenyamanan seseorang dalam berpartisipasi dalam interaksi sosial di ruang publik, seperti di sekolah. Kondisi ini dapat memengaruhi keterampilan sosial siswa, hubungan

dengan teman sebaya, dan keterlibatan akademis. Informan Yimena Telaumbena menjawab:

> "Pernah seperti kayak dia kurang bersosialisasi sama teman-teman kayak contoh kayak anak baru dia kurang akrab kayak teman-teman barulah punya teman baru Jadi kurang ngomong jadi tertutup"

Menunjukkan perilaku sosial yang kurang baik dengan teman sekelas di sekolah, terutama saat berinteraksi dengan siswa baru. Teman yang dimaksud cenderung menjauh, jarang berbicara, dan menunjukkan sikap tertutup. Fenomena ini menunjukkan bahwa mungkin ada kecemasan sosial, juga dikenal sebagai fobia sosial, yang memengaruhi kemampuan seseorang untuk membangun dan mempertahankan hubungan sosial. Informan Aprilia Margareta menjawab:

> "Iya kak pernah karena dia kayak merasa ketakutan dalam kondisi apapun misalnya kalau misalnya presentasi ke depan takut atau cemas gitu"

Teman mereka mengalami ketakutan dan kecemasan, terutama saat harus berbicara di depan umum, seperti saat memberikan presentasi di kelas. Kondisi ini menunjukkan gejala kecemasan sosial terkait tampil di depan orang lain; hal ini dapat membuat siswa kurang percaya diri dan menghambat partisipasi mereka dalam kegiatan sosial dan akademik di sekolah. Ketika peneliti bertanya dalam situasi apa saja kamu melihat temanmu merasa tidak nyaman atau menarik diri. Informan Marsya Fila Lubis lubis:

> "Waktu kerja kelompok dan dipresentasi kan ke depan terus kaya ngomong-ngomong nggak berani gitu kaya malu-malu gitu sama kawan-kawan"

Terdapat fenomena ynang menunjukkan jenis kecemasan sosial yang disebabkan oleh tekanan situasional yang mengarah pada ketakutan dinilai atau

menerima perhatian negatif dari orang lain. Hal ini sejalan dengan karakteristik perilaku individu yang kesulitan mengungkapkan pendapat mereka dalam lingkungan sosial yang evaluatif, terutama dalam interaksi kelompok yang membutuhkan partisipasi aktif. Informan Yimena Telaumbena menjawab:

> "Menurutku kaya diperlombaan kali ya atau kalau diperlombaan pastikan ada ini ini sama itu mungkin menurut ku dia nggak mau ikut"

Salah satu alasan orang enggan berpartisipasi dalam kompetisi adalah karena mereka berusaha menghindari penilaian negatif, takut gagal, atau kurang percaya diri dalam situasi evaluatif. Fenomena ini terkait dengan gagasan kecemasan sosial, di mana orang mencoba mengurangi kemungkinan mengalami ketidaknyamanan psikologis dengan menghindari partisipasi dalam kegiatan yang mungkin menarik perhatian publik atau penilaian orang lain. Informan Aprilia Margareta menjawab:

> "Dipanggil guru atau presentasi kalau nggak disuruh ke BK pokoknya dipanggil guru merasa ketakutan"

Kondisi ini disertai dengan rasa takut yang luar biasa, yang dapat dianggap sebagai bentuk kecemasan sosial yang disebabkan oleh interaksi formal dan situasi yang dievaluasi. Ketakutan ini bisa berasal dari kekhawatiran tentang penilaian negatif, pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan, atau persepsi bahwa tokoh otoritas memberikan tekanan psikologis. Ketika peneliti bertanya bagaimana biasanya kamu bersikap atau berkomunikasi dengan dia saat terlihat cemas. Informan Marsya Fila Lubis menjawab:

> "Kaya ngehibur dia gitu sih kak supaya jangan takut banget gitu sih"

Metode ini menunjukkan jenis dukungan emosional yang dikomunikasikan secara nonverbal dan verbal, yang membantu memperkuat hubungan antar rpersonal dan menciptakan rasa aman dalam kelompok. Melalui tindakan-tindakan ini, informan membantu membangun iklim sosial yang inklusif di mana setiap anggota kelompok merasa diterima tanpa tekanan yang berlebihan. Informan Yimena Telaumbena menjawab:

> "Kadang juga bawa dia bercanda biar nggak terlalu nutupin diri kayak bawa dia jalan-jalan sekolah biar enggak kayak mana ya main-main lah ya"

Metode ini bertujuan untuk mengurangi kecenderungan teman untuk menarik diri dan sekaligus mendorong mereka untuk berpartisipasi aktif dalam interaksi sosial. Strategi ini menunjukkan upaya untuk membangun kedekatan emosional melalui kegiatan yang menyenangkan dan tidak memberikan tekanan, yang dapat menciptakan suasana kebersamaan yang positif. Sebagai hasilnya, kegiatan ini membantu menciptakan rasa nyaman, penerimaan, dan peningkatan keterampilan sosial dalam dinamika kelompok. Informan Aprilia Margareta menjawab:

> "Bicara dengan santai aja biar dia ngga cemas sama sekali bawa dia becanda"

Pendekatan ini bertujuan untuk mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan teman sekaligus menciptakan rasa aman emosional dalam interaksi kelompok. Pendekatan ini menjelaskan penggunaan komunikasi antar personal yang suportif, di mana humor dan keakraban digunakan untuk memperkuat ikatan sosial dan meningkatkan kenyamanan individu dalam kelompok.

Ketika peneliti bertanya apa yang kamu lakukan untuk membantu dia merasa lebih tenang dan diterima di kelompok. Informan Marsya Fila Lubis menjawab:

"Kek yaudah lah dibawa bercanda gitu"

Pendekatan ini bertujuan untuk mengurangi stres psikologis, kecemasan, dan membangun lingkungan sosial yang lebih ramah. Dengan menggunakan humor, responden berusaha menciptakan rasa nyaman, menjadi lebih terbuka, dan meningkatkan hubungan sosial diantara anggota kelompok, sehingga memaksimalkan partisipasi teman-teman mereka. Informan Yimena Telaumbena menjawab:

> "Ngajak dia bersosialisasi sama kawan yang lain sih contoh kalo dia tertutup ku ajak dia nih ngomong bercanda terus kalau dia udah mulai terbuka sama ku sedikit ku bawa lah dia bersosialisasi kaya ngajak dia satu kelompok gitu, biar bisa terbuka lagi"

Demi menciptakan rasa nyaman dan meningkatkan keterbukaan, upaya awal dilakukan untuk berinteraksi dengan orang lain secara santai melalui candaan dan percakapan. Setelah respons positif atau peningkatan keterbukaan diamati, responden mengundang teman-teman mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan kelompok seperti bekerja dalam tim. Untuk meningkatkan dan menumbuhkan rasa percaya diri, serta membantu teman-teman mencapai integrasi sosial dalam kelompok. Informan Aprilia Margareta menjawab:

"Kaya misalnya gini dia mau kerja kelompok kan di bawa santai aja jangan terlalu di cemaskan kali, kek dia takut disuruh presentasi ke depan"

Situasi kerja kelompok yang tidak terlalu dicemaskan, terutama saat menghadapi tugas yang memicu kecemasan seperti presentasi kelas, menunjukkan

bahwa mengelola interaksi kelompok dengan santai dapat membantu peserta mengurangi kecemasan mereka dan menciptakan lingkungan yang lebih mendukung untuk partisipasi aktif dan keterlibatan. Ketika penelitian bertanya menurut kamu, apa yang membuat dia lebih nyaman saat berinteraksi denganmu atau teman-teman lain. Informan Marsya Fila Lubis menjawab:

"Kaya menceritakan dirinya ke saya daripada orang lain"

Kecenderungannya untuk berbagi pengalaman dan informasi pribadi dengan peneliti, yang mungkin tidak akan dia bagikan dengan orang lain. Hasilnya menunjukkan bahwa, dibandingkan dengan interaksi peserta dengan orang lain, hubungan antar personal antara peserta dan peneliti memiliki tingkat kepercayaan dan keamanan yang lebih tinggi. Informan Yimena Telaumbena menjawab:

"Dibawa bercanda terus kayak contoh membahas pembelajaran gitu"

Membahas topik pembelajaran dengan cara yang menyenangkan membuat interaksi lebih menyenangkan dan kurang menegangkan. Ini menunjukkan bahwa humor dapat meningkatkan kenyamanan belajar, mengurangi hambatan komunikasi, dan memperkuat hubungan sosial antara peserta dan lawan bicara mereka. Informan Aprilia Margareta menjawab:

"Kalau misalnya ajak dia ke kantin biar dia merasa tenang"

Aktivitas ini dianggap sebagai cara untuk mengurangi ketegangan dan kecemasan. Ruang kantin informal memberikan kesempatan bagi orang-orang untuk berinteraksi lebih bebas, membangun hubungan, dan meningkatkan rasa kebersamaan di antara responden, teman-teman mereka, dan anggota kelompok

lainnya. Ketika peneliti bertanya bagaimana komunikasi antara kamu dan dia memengaruhi kepercayaan dirinya. Informan Marsya Fila Lubis menjawab:

> "Yaudah kaya jangan takut terus berani biar dia ngga takut kali gitu kan"

Pentingnya memberikan dukungan emosional melalui dorongan verbal, seperti mengingatkan mereka untuk tidak takut dan mendorong keberanian. Dalam situasi tertentu, strategi komunikasi ini membantu individu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri. Interaksi yang mendukung dan memotivasi bisa menjadi komponen penting dalam meningkatkan harga diri seseorang. Informan Yimena Telaumbena menjawab:

> "Ngomong sama ku sih jujur aja saling terbuka kita saling terbuka tapi terbuka nya cuman berdua aja"

Pola komunikasi ini, terdapat tingkat kepercayaan antar personal yang tinggi, di mana kedua belah pihak dapat berbagi informasi atau perasaan secara langsung tanpa khawatir akan penilaian negatif dari pihak lain. Keterbukaan eksklusif ini dapat meningkatkan kepercayaan diri individu karena memberi mereka ruang aman untuk mengungkapkan pikiran, mendapatkan dukungan emosional dari mitra percakapan, dan mengkomunikasikan pendapat mereka.

Informan Aprilia Margareta menjawab:

> "Nyuruh dia ngomong kek secara udah jangan bawa serius kali udah bawa aja kek mainan gitu"

Pendekatan ini bertujuan untuk mengurangi tekanan mental yang dapat menghambat partisipasi, membuat orang merasa lebih nyaman dan percaya diri dalam menyampaikan pendapat mereka. Oleh karena itu, gaya komunikasi yang menekankan relaksasi dan mengurangi formalitas dapat membantu meningkatkan

harga diri dengan mengurangi kecemasan dan menciptakan suasana yang lebih nyaman untuk berinteraksi. Ketika peneliti bertanya pernahkah kamu menyarankan dia untuk bicara ke guru BK atau guru lainnya dan bagaimana reaksinya. Informan Marsya Fila Lubis menjawab:

"Tidak pernah menyarankan untuk ngomong ke guru BK"

Menunjukkan bahwa dukungan lebih banyak diberikan melalui interaksi langsung dengan teman sebaya daripada dengan pihak sekolah. Pandangan ini mungkin menunjukkan bahwa teman sebaya lebih suka menyelesaikan masalah secara informal, atau mungkin karena kenyamanan dan kepercayaan mereka dalam berinteraksi dengan sekolah. Informan Yimena Telaumbena menjawab:

"Ngga pernah"

Hal ini menunjukkan bahwa responden cenderung tidak menggunakan jalur formal atau bantuan dari pihak sekolah dalam memberikan dukungan. Pendekatan tersebut dapat mencerminkan adanya preferensi untuk menyelesaikan masalah secara personal atau antar teman sebaya, serta kemungkinan mempertimbangkan faktor kenyamanan, kepercayaan, dan kesiapan temannya untuk berinteraksi dengan figur otoritas di lingkungan sekolah. Informan Aprilia Margareta menjawab: "Ngga pernah sih kak, nengok dia interaksi sama guru bk atau guru lain"

Menunjukkan bahwa temannya kemungkinan akan memanfaatkan layanan atau dukungan sekolah dalam mengatasi masalah mereka. Ini bisa mengindikasikan kecenderungan untuk menghindari berinteraksi dengan tokoh otoritas karena faktor-faktor seperti kenyamanan, kepercayaan, dan preferensi

untuk menyelesaikan masalah melalui hubungan dengan teman sebaya. Ketika peneliti bertanya apa harapanmu terhadap guru atau sekolah untuk mendukung temanmu yang mengalami kecemasan sosial. Informan Marsya Fila Lubis menjawab:

> "Kedepan nya dia harus lebih PD lagi sih kak supaya ga introvert lagi"

Mencerminkan pendapat responden bahwa membangun kepercayaan diri adalah bagian penting dari mengatasi kecemasan sosial. Oleh karena itu, dukungan dari guru dan pihak sekolah harus difokuskan pada upaya mendorong orang untuk menjadi lebih percaya diri, terbuka, dan aktif terlibat dalam kegiatan sosial di sekolah. Informan Yimena Telaumbena menjawab:

> "Kan guru BK kayak teman kita dekat kalau contoh ada masalah kaya tempat curhat kita juga curhat di situ kayak seharusnya bukan seharusnya sih maunya dia tahu mana siswanya yang introvert yang tertutup gitu jadi kayak dia lebih harus banyak membuka diri terus memberi motivasi sama teman"

Guru bk seharusnya memiliki kepekaan untuk mengenali siswa yang introvert atau cenderung tertutup, sehingga mereka dapat memberikan perhatian dan pendekatan yang lebih individual. Selain itu, responden mengharapkan konselor bimbingan untuk mendorong siswa menjadi lebih terbuka melalui interaksi positif dan memberikan motivasi, baik secara individu maupun dalam konteks sosial, untuk membangun keterampilan sosial dan mengurangi kecenderungan untuk menarik diri. Informan Aprilia Margareta menjawab:

> "Guru nya biar tau kalo misalnya murid-muridnya nggak kecemasan dalam situasi maksudnya kalau pun memanggil itu kek mana biar dia nggak merasa"

Menekankan pentingnya bagi guru untuk memperhatikan cara mereka berinteraksi atau berbicara dengan siswa, agar tidak menimbulkan perasaan tertekan atau cemas. Pendekatan yang lebih bijaksana dan penuh empati diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang aman secara emosional, memungkinkan siswa merasa lebih nyaman dan berpartisipasi secara optimal dalam kegiatan belajar dan interaksi sosial di sekolah.

4.3 Pembahasan

Penelitian tentang strategi komunikasi antar personal siswa SMA Negeri 1 Labuhan deli dalam mengatasi kecemasan sosial menghasilakan pembahasan yang menunjukan komunikasi antar personal didefinisikan sebagai interaksi antara dua orang atau lebih yang melibatkan pertukaran pesan, makna, dan hubungan emosional yang mendalam, sementara kecemasan sosial didefinisikan sebagai gangguan emosional yang ditandai dengan ketakutan yang intens terhadap evaluasi negatif dalam situasi sosial. Siswa yang mengalami kecemasan sosial menunjukkan ketidaknyamanan saat berada di lingkungan sosial yang menarik perhatian orang lain, seperti berbicara di depan kelas, berbicara dalam kelompok, atau bahkan berbicara dengan guru mereka.

Strategi komunikasi pada siswa dipengaruhi oleh lingkungan sosial sekolah. Siswa memiliki ruang dan kesempatan untuk berbicara secara sehat berkat kehadiran guru bimbingan konseling (BK), guru wali kelas, dan program pengembangan diri. Siswa lebih suka berbagi dengan teman sebaya karena mereka merasa lebih dipahami dan tidak takut dinilai. Fenomena ini menunjukkan bahwa kelompok teman sebaya sangat penting bagi proses penyesuaian sosial

siswa. Ketika berada di lingkungan yang mendukung di mana komunikasi antar individu terbuka, dua arah, dan didasarkan pada kepercayaan timbal balik, kecemasan sosial mereka cenderung menurun. Proses ini menunjukkan bahwa siswa sangat mempertimbangkan kualitas relasi antar personal sebelum menjadi terbuka. Sebagian besar siswa menyatakan bahwa kecemasan mereka secara bertahap berkurang ketika mereka didengar, tidak dihakimi, dan mendapat empati.

Terdapat korelasi yang kuat antara tingkat kecemasan sosial remaja dan kualitas dukungan sosial yang mereka terima. Siswa yang merasa diterima dan memiliki hubungan positif dengan lingkungan sosial mereka akan lebih mudah mengatasi tekanan sosial yang mereka alami. Sekolah dapat melakukan hal-hal seperti membina lingkungan yang mendukung, mendorong kolaborasi kelompok, dan menciptakan ruang aman untuk diskusi siswa. Sekolah juga harus mengajarkan siswa keterampilan komunikasi antar personal, seperti mendengarkan aktif, berbicara asertif, dan menyadari perasaan orang lain. Siswa harus memiliki keterampilan sosial yang bermanfaat bagi kesehatan mental mereka.

Salah satu cara siswa mengatasi kecemasan sosial adalah dengan menggunakan strategi komunikasi antar personal. Strategi-strategi ini tidak muncul begitu saja, tetapi terbentuk melalui pengalaman, pembelajaran sosial, dan kebutuhan untuk merasa aman secara emosional. Komunikasi antar personal lebih dari sekadar bertukar pesan, komunikasi ini juga membantu membangun hubungan, menumbuhkan kepercayaan diri, dan menciptakan rasa makna dalam interaksi sosial. Dengan komunikasi yang efektif, kecemasan sosial dapat

dikurangi secara signifikan, dan siswa memiliki kesempatan lebih besar untuk berkembang secara sosial dan akademis. Oleh karena itu, sangat penting bagi semua orang di lingkungan sekolah, orang tua, teman sebaya, dan guru BK untuk membantu siswa berkembang dalam komunikasi yang sehat, terbuka, dan penuh empati.

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Strategi Komunikasi Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial, dapat disimpulkan bahwa Interaksi antar individu sangat penting untuk membantu siswa mengendalikan dan mengurangi gejala kecemasan sosial. Prinsip-prinsip komunikasi antar personal, seperti keterbukaan diri, empati, keterlibatan timbal balik, dan dukungan emosional, terlihat dalam strategi komunikasi siswa dalam situasi ini. Siswa yang mengalami kecemasan sosial cenderung merasa cemas berlebihan ketika harus berinteraksi dengan teman sebaya, guru, dan lingkungan sosial secara keseluruhan. Kecemasan ini disebabkan oleh kurangnya persepsi kompetensi sosial mereka dan ketakutan akan dinilai secara negatif oleh orang lain. Untuk mengatasi hal ini, beberapa siswa mulai menggunakan cara yang lebih terbuka dan bertahap untuk berkomunikasi, mereka mulai berbicara dengan teman dekat dan menggunakan humor sebagai cara untuk berinteraksi, dan secara bertahap menjadi lebih percaya diri dalam berkomunikasi di lingkungan sosial sekolah.

Siswa di SMA Negeri 1 Labuhan Deli menggunakan pendekatan komunikasi antar personal untuk mengatasi kecemasan sosial. Pendekatan ini mengandalkan dukungan sosial yang mendukung dan kemampuan individu untuk berinteraksi. Upaya-upaya ini, baik yang spontan maupun yang direncanakan secara sadar, menunjukkan bahwa komunikasi antar personal dapat membantu membangun ketahanan psikologis siswa terhadap tekanan sosial yang mereka alami sehari-hari di sekolah.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka saran dalam penelitian dapat diajukan untuk pengembangan lebih lanjut. Pertama Sekolah harus meningkatkan layanan bimbingan dan konseling (BK) mereka, tidak hanya melalui sesi individu tetapi juga melalui program pengembangan diri, pelatihan komunikasi, pelatihan manajemen emosi, dan kegiatan sosial yang secara bertahap mendorong siswa untuk keluar dari zona nyaman mereka. Untuk memberikan pemahaman yang lebih baik kepada siswa bahwa kecemasan sosial adalah perasaan yang umum dan dapat dikelola, sekolah juga dapat menambahkan mata pelajaran ini ke dalam program literasi kesehatan mental mereka.

Kedua siswa diharapkan memiliki kesadaran dan keinginan untuk terus meningkatkan keterampilan komunikasi yang sehat dan konstruktif. Menggunakan metode seperti membuka diri secara bertahap, berkomunikasi dalam kelompok kecil terlebih dahulu, dan lebih banyak berpartisipasi dalam kegiatan sosial dapat membantu menciptakan rasa aman dan nyaman saat berkomunikasi.

DAFTAR PUSTAKA

Ali, A. (2020). *Metode Pengumpulan Data Penelitian Musik Berbasis Observasi Auditif*. *2*(2), 85–93.

Amitha Shofiani Devi, Khusnul Hotimah, Ramadhan Sakha A, Achmad Karimullah, & M. Isa Anshori. (2024). Mewawancarai Kandidat: Strategi untuk Meningkatkan Efisiensi dan Efektivitas. *MASMAN : Master Manajemen*, *2*(2), 66–78. https://doi.org/10.59603/masman.v2i2.387

Anggraini, C., Ritonga, D. H., Kristina, L., Syam, M., & Kustiawan, W. (2022). Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, *1*(3), 337–342. https://doi.org/10.37676/mude.v1i3.2611

Apriyadi, A. (2022). Cognitive Behavioral Therapy Spritualitas Islam Untuk Mengatasi Kecemasan Sosial Remaja. *Counselle| Journal of Islamic Guidance and Counseling*, *2*(1), 70–83. https://doi.org/10.32923/couns.v2i1.2304

Badriyah, S. (2020). Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Thought Stopping untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, *6*(1), 19–25. https://doi.org/10.52657/jfk.v6i1.1111

Elfariani, I., & Anastasya, Y. A. (2023). Regulasi Diri dan Kecemasan Sosial pada Remaja. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, *5*(2), 57. https://doi.org/10.29103/jpt.v5i1.10421

Elia, A., & Dkk. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitaif*.

Estari, A. W. (2020). Pentingnya Memahami Karakteristik Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran. *Workshop Nasional Penguatan Kompetensi Guru Sekolah Dasar SHEs: Conference Series*, *3*(3), 1439–1444. https://jurnal.uns.ac.id/shes

Faizah, N. (2023). Pengelolaan Siswa Pada Sekolah Berbasis Agama Islam. *Jurnal Manjemen Pendidikan Indonesia*, *6*(2), 461–474. https://doi.org/10.30868/im.v4i02.4612

Faustyna. (2023). *Metode Penelitian Qualitatif Komunikasi (Teori dan Praktek)*. UMSU Press.

Fitria, N. (2023). Proses Komunikasi Intrapersonal Untuk Meningkatkan Self Worth Setelah Mengalami Toxic Relationship Pada Perempuan Dewasa. *Brand Communication : Jurnal Ilmu Komunikasi*, *2*(1), 98–108. http://www.jurnalprisanicendekia.com/index.php/jbc/article/view/133

Hamama, S. (2023). Upaya Mengurangi Kecemasan Berbicara Di Depan Publik dalam Public Speaking dari Sisi Psikologis dan Praktis. *Selasar KPI : Referensi Media Komunikasi Dan Dakwah*, *3*(1), 76–83. https://ejournal.iainu-kebumen.ac.id/index.php/selasar

Imaddudin, A., Arumsari, C., & Dianah, R. (2023). Profil Kecemasan Sosial Terhadap Siswa SMA dan Implakasinya Terhadap Layanan Konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, *7*(02), 28–42.

Irwan, M. R., & Faustyna. (2023). Health Communication Strategies In Excelling The Decrease Of Stunting Conditions In Children In Lubuk Pakam Deli Serdang. *Jurnal Kesejahteraan Sosial, Komunikasi Dan Administrasi Publik*, *2*(1), 81–86. https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/keskap/article/view/14490/9151

Jaelani, A., Rahmani, F. M., & Irpan, A. (2019). Pos Pengembangan Dan Pemberdayaan Masyarakat (P3M) Desa Sukamaju. *Abdi Dosen : Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, *3*(3), 199. https://doi.org/10.32832/abdidos.v3i3.329

Kurniawan, A., Khasanah, F., Saleh, M. S., Hutapea, B., Mukri, S. G., & Rukmana, A. Y. (2023). *Teori komunikasi pembelajaran* (Issue April).

Kustiawan, W., Fadillah, U., Sinaga, F. K., Hattaradzani, S., Hermawan, E., Juanda, M. D., Suryadi, A., & Fahmi, R. R. (2022). Komunikasi Intrapersonal. *Journal Analytica Islamica*, *11*(1), 150. https://doi.org/10.30829/jai.v11i1.11930

Mardiana, Ugi, N., & Budi, S. I. (2022). Motivasi Siswa Mengikuti Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani di SMP 13 Tanjung Jabung Timur. *Jurnal Score*, *2*(1), 32–37.

Mirza, R., & Akmal, M. E. L. (2019). *Kecemasan Sosial Dtinjau Dari Harga Diri Pada Remaja Status Sosial Ekonomi Rendah*. *9*(1), 21–34.

Muliati, Sumampouw, H. M., & Rompas, C. F. . (2025). Analisis Faktor Penyebab Kesulitan Belajar Siswa pada Pembelajaran Biologi Kelas XI SMA Negeri 2 Tondano Tahun Ajaran 2024 / 2025. *Jurnal Cakrawala Pendidikan Dan Biologi*, *2*, 117–132.

Mulyono, T. T., Syahrul, M., Nurhayati, R., Alhabsy, N. M., & Pangkuti, A. A. (2022). Teori Komunikasi Pendidikan. *Salemba Humanika*, 245. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=no6cEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT5&dq=nurhayati+universitas+islam+negeri+sumatera+utara&ots=KYpIasdsUG&sig=pTEODdgKntpOEnRzpR5XktrbJ0w

Mustofa, M. B., Wuryan, S., Sholiha, N. A., Arif, M. M., & Musa, M. (2021). Kontribusi Komunikasi Interpersonal Dalam Perspektif Islam Di Lingkungan Organisasi Uin Raden Intan Lampung. *KOMUNIKASIA: Journal of Islamic Communication and Broadcasting*, *1*(1), 56–68. https://doi.org/10.32923/kpi.v1i1.1839

Nasor, M. (2016). M. Nasor, Pemberdayaan Masyarakat..... *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama*, *11*(1), 17–35.

Nofrion. (2018). *Komunikasi Pendidikan Penerapan Teori Dan Konsep Komunikasi Dalam Pembelajaran*. Prenadamedia Group.

Putri, H. J., & Murhayati, S. (2025). Metode Pengumpulan Data Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *9*(01), 13074–13086.

Salsadilla, T. D. S., & Rahmulyani. (2022). *Akademik Selama Pembelajaran Tatap Muka Terbatas Pada Siswa Kelas X Ipa Sma Negeri 1 Labuhan Deli Tahun Ajaran 2021 / 2022 Universitas Negeri Medan Pendahuluan Situasi pandemi Covid-19 sejak tahun 2019 dirasakan oleh berbagai Negara di dunia . Virus yang*. *2*(2), 10–24.

Saman, A., Aryani, F., & Bakhtiar, M. I. (2021). Mengatasi kecemasan sosial melalui Pendekatan Behavioral Rehearsal. *Seminar Nasional Dies Natalis Ke 56*, 320–326.

Sinaga, D. S., Siregar, P. N. S., Sinaga, J., Siregar, M., & Pasaribu, M. (2023). Analisis Strategi Pemilihan Narasumber Webinar terhadap Peningkatan Jumlah Member pada PT. Dilo Medan. *Remik*, *VII*(1), 853–858. https://www.jurnal.polgan.ac.id/index.php/remik/article/view/12155/1423

Sofwatillah, Risnita, Jailani, M. S., & Saksitha, D. A. (2024). Teknik Analisis Data Kuantitatif dan Kualitatif dalam Penelitian Ilmiah. *Journal Genta Mulia*, *15*(2), 79–91.

Syobah, S. N., Nugraha, A. B., Juwita, R., & Abdullah, K. (2023). Keefektifan Komunikasi Interpersonal dalam Menyelesaikan Konflik Suami Istri. *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, *7*(1), 118–129. https://doi.org/10.30596/ji.v7i1.13307

Wardhana, A., & Iba, Z. (2024). Wawancara, Kuisioner, dan Observasi. In *Cv.Eureka Media Aksara* (Issue July).

Wibowo, M. P., Jannah, R., Pradita, S., & Syahril, A. (2025). Komunikasi Interpersonal Sebagai Kunci Kesuksesan dalam Proses Belajar Mengajar. *Jurnal Nakula : Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa Dan Ilmu Sosial*, *3*.

Yasin, M., Selfiana, S., & Awie Mas'ud, M. (2024). Dinamika Interaksi Sosial Siswa dalam Perspektif Sistem Sosial di Sekolah. *Jurnal Ilmu Pendidikan & Sosial (Sinova)*, *2*(3), 239–252. https://miftahul-ulum.or.id/ojs/index.php/jps/article/view/159

Yunita, N. Y., & Irsal, I. L. (2021). Komunikasi Dalam Pendidikan Anak. *Paramurobi: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, *4*(2), 105–118. https://doi.org/10.32699/paramurobi.v4i2.2045

LAMPIRAN

DRAFT PERTANYAAN WAWANCARA PENELITIAN SKRIPSI

NAMA	: DWI MONIKA
NPM	: 2103110155
JURUSAN	: ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS	: ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PERGURUAN TINGGI	: UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
JUDUL SKRIPSI	: STRATEGI KOMUNIKASI ANTAR PERSONAL SISWA SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI DALAM MENGATASI KECEMASAN SOSIAL

1. GURU BIMBINGAN KONSELING (BK)

1) Apa saja faktor yang menurut Bapak/Ibu menyebabkan siswa mengalami kecemasan dalam berinteraksi sosial?
2) Bagaimana pendekatan atau komunikasi yang biasanya Bapak/Ibu lakukan kepada siswa tersebut?
3) Apa bentuk dukungan komunikasi antarpersonal (misalnya dari teman atau guru lain) yang terbukti membantu siswa?
4) Apakah ada program atau kegiatan di sekolah yang bertujuan meningkatkan kepercayaan diri atau keterampilan sosial siswa?
5) Bagaimana peran guru BK dalam menjembatani hubungan antara siswa yang cemas dengan teman sebayanya?
6) Seberapa besar peran komunikasi pendidikan (misalnya pengajaran terbuka, diskusi kelas) dalam mengurangi kecemasan sosial?
7) Apa kendala yang dihadapi guru dalam mendampingi siswa yang mengalami kecemasan sosial?

8) Adakah saran Bapak/Ibu agar lingkungan sekolah lebih mendukung siswa yang mengalami kecemasan sosial?

2. SISWA YANG MEMPUNYAI MASALAH KECEMASAN SOSIAL

1) Apakah kamu sering merasa cemas saat berada di lingkungan sosial sekolah? Dalam situasi seperti apa itu terjadi?
2) Bagaimana kamu biasanya merespons ketika harus berbicara di depan umum atau berdiskusi kelompok?
3) Apakah kamu pernah menghindari situasi tertentu karena rasa takut dinilai atau ditolak oleh orang lain?
4) Siapa orang pertama yang biasanya kamu hubungi atau ceritakan saat merasa cemas?
5) Bagaimana komunikasi dengan teman atau guru memengaruhi perasaanmu dalam situasi sosial?
6) Apakah kamu pernah berbicara dengan guru BK? Bagaimana tanggapan atau bantuan yang kamu dapatkan?
7) Menurut kamu, apa saja hal-hal yang membuat kamu merasa lebih aman dan percaya diri di sekolah?
8) Apa yang kamu harapkan dari teman-teman dan guru agar kamu bisa lebih nyaman berkomunikasi?
9) Menurutmu, komunikasi seperti apa yang membuat kamu merasa didengarkan dan dipahami

3. TEMAN SEBAYA ATAU TEMAN SEKELAS

1) Apakah kamu mengetahui bahwa temanmu merasa cemas dalam situasi sosial tertentu di sekolah?
2) Dalam situasi apa saja kamu melihat temanmu merasa tidak nyaman atau menarik diri?
3) Bagaimana biasanya kamu bersikap atau berkomunikasi dengan dia saat terlihat cemas?
4) Apa yang kamu lakukan untuk membantu dia merasa lebih tenang dan diterima di kelompok?
5) Menurut kamu, apa yang membuat dia lebih nyaman saat berinteraksi denganmu atau teman-teman lain?

6) Bagaimana komunikasi antara kamu dan dia memengaruhi kepercayaan dirinya?
7) Pernahkah kamu menyarankan dia untuk bicara ke guru BK atau guru lainnya? Bagaimana reaksinya?
8) Apa harapanmu terhadap guru atau sekolah untuk mendukung temanmu yang mengalami kecemasan sosial?

DRAFT HASIL WAWANCARA PENELITIAN SKRIPSI

NAMA	: DWI MONIKA
NPM	: 2103110155
JURUSAN	: ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS	: ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
PERGURUAN TINGGI	: UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
JUDUL SKRIPSI	: STRATEGI KOMUNIKASI ANTAR PERSONAL SISWA SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI DALAM MENGATASI KECEMASAN SOSIAL

1. **GURU BIMBINGAN KONSELING (BK)**

   Pertanyaan :

1. Apa saja faktor yang menurut Bapak/Ibu menyebabkan siswa mengalami kecemasan dalam berinteraksi sosial?

   Informan: Dari dalam diri dia kenapa karena di sini itu siswa kebanyakan dia orang tuanya itu broken home dan tingkat ekonominya itu apa namanya menengah ke bawah jadi mungkin makanya dia menjadi tertutup itulah alasannya menurut saya ya karena dia kurang terbuka soalnya dia terbentuk dari rumah seperti itu terus pun dia aturan terbuka sama kawan-kawannya karena di kelas ada yang disembunyi dia, jadi itu salah satu faktornya karena disini kebanyakan kaya gitu broken home dan ekonomi menengah ke bawah, bayar sekolah aja disini kan pertiga bulan.
2. Bagaimana pendekatan atau komunikasi yang biasanya Bapak/Ibu lakukan kepada siswa tersebut?

   Informan: Kalau ibu biasa itu konseling individual pertama itu apain itu Ibu dekatkan diri dia dulu itu tanya dulu dia di kelas itu gimana gitu kan sama teman interaksinya baik atau tidak di rumah dia seperti apa dan ibu

juga tanya sama teman sebayanya apalagi dengan selanjutnya kan dia itu di mana di kelas apakah dia mempunyai permasalahan di dalam guru mata pelajaran atau dia kurang mengerti dengan guru mata pelajaran dan tidak berani bertanya tuh.

3. Apa bentuk dukungan komunikasi antarpersonal (misalnya dari teman atau guru lain) yang terbukti membantu siswa?

   Informan: Kalau ibu udah ibu tanya gitu kan sama si anak ini terus dari orang tuanya Ibu panggil orang tuanya ibu ceritakanlah dia permasalahan jadi kelas permasalahan dia gitu di sama kawan kayak mana dia mana di situlah nanti kita tahu dia sama orang tuanya seperti apa dan kesibukan orang tuanya itu seperti apa, tapi kok memangnya itu nggak selesai masalahnya ibu langsung datang ke rumahnya jadi pendekatan antara si anak sama orang tua kemarin kan anak sama orang tua ini pendekatannya kurang baik kan sebab orang tua di sini kebanyakan kayak mana ya rata-rata sama ekonominya itu rendah Jadi ada yang ngerti kerjanya sih kan nggak tentu kan waktunya nanti orang ini sekolah mamanya udah sini lagi kita jam 06.00 nanti ada yang kerja pabrik ada yang jualan jadi kebanyakan kalau di sini itu orang tuanya itu pagi ini pulangnya itu sekitar sore jadi belum jumpa sama anak langsung gitu di situ tuh belum sempat ngobrol ya belum sempat ngobrol karena kan udah capek kerja keras si anak punk jadinya terbiasa gitu Jadi itulah yang memicu dia Jadi enggak terbuka jadi sifatnya agak introvert kan gitu karena ditengoknya kawan-kawannya yang lain enggak seperti itu.

4. Apakah ada program atau kegiatan di sekolah yang bertujuan meningkatkan kepercayaan diri atau keterampilan sosial siswa?

   Informan: Itu disini itu ada literasi literasi itu mengenai minat dan bakat siswa setiap hari Rabu tampil setiap kelas contohnya kayak orang ini satu kelas itu mau menampilkan apa nyanyi misalkan gitu kan rame-rame atau menampilkan drama yang penting ada yang orang ini tampilkan dan yang lain itu yang menunggu giliran baris macam baris upacara cuman di tengah-tengah orang itu nampil kostum orang itu yang bawa cuman

memang habis selesai literasi orang itu langsung memakai baju sekolah tidak dibenarkan memakai itu sampai jam pelajaran habis.

5. Bagaimana peran guru BK dalam menjembatani hubungan antara siswa yang cemas dengan teman sebayanya?

   Informan: Kalau ibu pribadi menyebarkannya mendekatkan diri lah sama siswa lebih terbuka sama siswa karena kan orang ini kalau kita langsung marah-marah kan orangnya langsung takut gitu kan nggak mau cerita sama kita kalau ibu pribadi ibu merangkul, merangkul dia maunya apa ibu, ibu ikutin dulu alurnya kan misalnya dia belum mau terbuka ya udah ibu ikuti alurnya lama-lama ibu pancing Ibu pancing ibu buka itu nanti gimana pula dengan anak yang memiliki tingkat emosinya tinggi kita kita ceritakanlah kita dengar lah keluh kesah dia kan nanti baru habis itu kita kasih lihat pengertian sama dia tapi lama-lama paham sebenernya anak-anak ini baik cuman karena itulah yang saya bilang kurang pedulinya orang tua apa itu dalam kesibukan dan keluarga yang tidak lengkap serta ekonominya kan rendah karena kebanyakan di sini pun yang udah kerja ada sebagian yang nyuci kereta juga sebagian kerja di cafe cuman kan ini karena kita pulang jam 4 kalu dulu kita pulang jam 02.00 itu jam 03.00 itu ada yang kerja di cafe sampai rumah di situlah nanti dia pasti sekolah tuh dia tidur aja bawa karena kan dia pulang jam 12.00 jam 12.00 dari cafe itu nyampe rumah sekitar jam 02.00 sedangkan kita dulu kan masuk setengah delapan enggak sampai sekarang kan jam 07.00 tuh itu tidur namanya capek kan orang gitu tapi kan enggak mau memang harus sekolah namanya itu pilihan kewajiban.

6. Seberapa besar peran komunikasi pendidikan (misalnya pengajaran terbuka, diskusi kelas) dalam mengurangi kecemasan sosial?

   Informan: Seberapa besar itu sangat hampir 100% tuh ibu rasa karena setiap proses pembelajaran itu kan pastinya kan ada diskusi kelompok itu di dalam satu materi ada sekitar 2 kali membuat kelompok 1 dan juga ada sebagian yang apa proses pembelajaran di luar dengan suasana luasnya di sini itu biasakan sosiologi sama bu dwi pembelajaran di luar gini biar

anak-anak masih semangat belajarnya atau kadang geografi itu keliling-keliling sekolah tanya ini bunga ini dijelaskannya ini daunnya terbuat dari ini ini kegunaannya seperti itu di sini ya kebanyakan di luar di dalam pun juga adalah cuman untuk meng apa suasana hati siswa.

7. Apa kendala yang dihadapi guru dalam mendampingi siswa yang mengalami kecemasan sosial?

   Informan: Kalau kendala ada kendalanya itu kadang dia suka kurang terbuka jadi sebelum itu jadi kita nggak bisa langsung ambil kesimpulan kita langsung kita harus pandai-pandai bertanya gitu kan bertanya sama dia ngambil hati kita tengok suasana hatinya itu kadang anak-anak kadang kok ditanya nggak apa-apa bu padahal gapapanya Itu ada apa-apanya artinya harus terus menerus menelusuri

8. Adakah saran Bapak/Ibu agar lingkungan sekolah lebih mendukung siswa yang mengalami kecemasan sosial?

   Informan: Kalau saran saya apa ya mungkin lebih ke dekatan diri ke anak kadang kan setiap guru ini dia mengajar itu kan sendiri versinya gitu kan menghadap langsung ke anak maksud saya itu langsung mendekatkan diri di depan ada nggak yang nggak ngerti gitu kan langsung ditanya ke anak ini cuman memang terkadang kan kita nggak bisa kayak gitu juga kan karena kan ini kan SMA kan udah mau ke kuliah jadi untuk anak-anak itu belajar mandiri tapi sebenarnya anak-anaknya nggak bisa nggak bisa untuk dia mengetahui materi itu ya udah cari sendiri dia enggak bisa dia harus dituntut memang di iya karena ibu tengok memang di sini tuh kebanyakan untuk yang ke atas ke Universitas itu agak kurang peminatnya kalau di sini apalagi itu kedinasan kurang kalau di sini ibu tengok banyak yang memilih angkatan sam yang kerja gitu kalau untuk kuliah ada beberapa persen kalau angkatan kalian kan banyak kan yang memilih universitas kalau disini agak kurang mungkin karna orang tuanya kurang mampu juga ya

2. SISWA YANG MEMPUNYAI MASALAH KECEMASAN SOSIAL

Pertanyaan :

1. Apakah kamu sering merasa cemas saat berada di lingkungan sosial sekolah? Dalam situasi seperti apa itu terjadi?

   Informan 1: Biasanya kalo disuruh maju kedepan presentasi gitu sering merasa cemas kok kayak lagi disuruh ke depan gitu kalau nggak disuruh berdiri gitu kadang-kadang takut gitu ngomong.

   Informan 2: Dalam situasi apa ya kaya susah dalam pelajaran takut nilainya jelek pas ketulusan sekolah ini.

   Informan 3: Kalau cemas sih ada kak kaya ketakutan beradaptasi sama lingkungan contohnya sama temen-temen yang baru deket itu agak ragu, kek mana bilangnya ya kan belom kenal pasti ada ketakutan.

2. Bagaimana kamu biasanya merespons ketika harus berbicara di depan umum atau berdiskusi kelompok?

   Informan 1: Biasanya kek nguatin diri dulu sih kak ngumpulin keberanian dulu diem sebentar ngumpulin energi dulu baru lah.

   Informan 2: Harus sesuai jawabannya sih kak biar ngga malu biar nggak salah jawaban kek sama guru kek presentasi harus sesuai jawabannya biar nggak diketawain kawan-kawan atau disorakin orang itu.

   Informan 3: Kalau respon sih agak deg-degan dikit tapi dibawa santai aja

3. Apakah kamu pernah menghindari situasi tertentu karena rasa takut dinilai atau ditolak oleh orang lain?

   Informan 1: Sering sih kak biasanya kek nengok dia dulu orang nya kek mana kalau misalnya nyambung deketin kalau nggak gausah sih kak karna memang nggak nyambung.

   Informan 2: Nggak berarti nerima aja kalau misalkan ditolak karna itu penilaian orang terhadap kita.

   Informan 3: Pernah kak ya kaya kemaren itu kan ada kerja kelompok penilaian orang itu aku sedih banget kek ih dia ka ngga pantas di

kelompok kita dia kan kek gini kek introvert jadi kaya merasa takut menghindar kelompok itu.

4. Siapa orang pertama yang biasanya kamu hubungi atau ceritakan saat merasa cemas?

   Informan 1: Kalau sekarang sih yang deket sih kak temen sebangku.

   Informan 2: Orang tua, ya kek orang tua tuh kek ditelpon misalkan ma saya cemas kenapa ditanya nya baru dikasih tau gimana baiknya.

   Informan 3: Teman terdekat.

5. Bagaimana komunikasi dengan teman atau guru memengaruhi perasaanmu dalam situasi sosial?

   Informan 1: Kalau itu tergantung sikap gurunya juga sih kalau gurunya enak awak ngomongnya jadi lancar gitu, kalau gurunya ngga welcome ya sebatas batas ajalah kak.

   Informan 2: Nggak, temen karna dia nggak bisa ngasih solusi juga. **Informan 3:** Kadang kalau saya merasa deg-degan teman itu kaya dibilang apa ya jangan terlalu tegang kalau ditanya guru dan guru pun bilang juga gitu kak.

6. Apakah kamu pernah berbicara dengan guru BK? Bagaimana tanggapan atau bantuan yang kamu dapatkan?

   Informan 1: Kalau ngomong sama guru BK sih belom pernah kak memang jarang cerita-cerita sama orang.

   Informan 2: Pernah kalo lagi salah misalkan terlambat ya ngomong buk ini harus apa yang dibersihin terus saya telat apa yang harus saya lakukan gitu jadi guru BK nya bilang bershiin musholah kak gitu, dinasehatin gimana baiknya harus gini ngga boleh gini.

   Informan 3: Pernah kak dan gurun BK nyari solusi emmm gimana ya nyari solusi jangan ngurung diri terus dibilang dia kumpul lah sama temen-temen walau pun temen-temen itu ngga suka sama kau.

7. Menurut kamu, apa saja hal-hal yang membuat kamu merasa lebih aman dan percaya diri di sekolah?

Informan 1: Biasanya kalau kaya gitu agak butuh waktu sih kak buat keberaniannya gitu kalau misalnya kek udah harus beraniin diri juga, hal bisa buat percaya diri berani beraniin aja sih.

Informan 2: Percaya diri aja kak sama diri kita ngga usah ngeliat kesamping gausah perduliin omongan orang juga percaya aja sama diri kita aja.

Informan 3: Kalau nyaman disekolah ya karna kalau mata pelajaran iya kak jadi kaya lebih enak suasana saya sukai itu sejarah indo.

8. Apa yang kamu harapkan dari teman-teman dan guru agar kamu bisa lebih nyaman berkomunikasi?

   Informan 1: Feedbcak dia juga sih kalau kita ngomongnya gimana dia respon nya baik gitu nggak cuman diem doang.

   Infroman 2: Baik terus kalau temennya itu serius nggak main-main bisa diajak serius juga kak jadi nyaman gitu kalau udah kebanyakan main-main ya ngga nyaman juga kan.

   Informan 3: Kalau dari temen sih kak berharapnya dia bisa buat saya ngga jadi ketakutan lagi dan saya pun bisa berkawan lebih banyak lagi aturan kawan saya satu jadi lima gitu.

9. Menurutmu, komunikasi seperti apa yang membuat kamu merasa didengarkan dan dipahami?

   Informan 1: Cerita tentang diri sendiri biar dia juga paham aku orangnya kek mana biar sama-sama paham gitu.

   Informan 2: Dia ceritanya pelan-pelan atau saya yang cerita pelan-pelan biar nyaman dan mudah dipahamin dia mau cerita apa pelan ngomongnya.

   Informan 3: Kalau kaya gitu apa ya kak kalau yang memahami itu contohnya saya nggak tau mata pelajaran dan saya minta cari tahu sama mereka minta ajarin dan mereka seneng mendengarin saya, kalau kamu lagi curhat pernah ngga didengar, ngga pernah, sekali pun ngga pernah tukar pikiran sama temen gitu, ngga pernah takut bocor kak.

3. TEMAN SEBAYA ATAU TEMAN SEKELAS

Pertanyaan :

1. Apakah kamu mengetahui bahwa temanmu merasa cemas dalam situasi sosial tertentu di sekolah?

   Informan 1: Sering ketakutan gitu kayak nggak PD gitu.

   Informan 2: Pernah seperti kayak dia kurang bersosialisasi sama teman-teman kayak contoh kayak anak baru dia kurang akrab kayak teman-teman barulah punya teman baru Jadi kurang ngomong jadi tertutup.

   Informan 3: Iya kak pernah karena dia kayak merasa ketakutan dalam kondisi apapun misalnya kalau misalnya presentasi ke depan takut atau cemas gitu.

2. Dalam situasi apa saja kamu melihat temanmu merasa tidak nyaman atau menarik diri?

   Informan 1: Waktu kerja kelompok dan dipresentasi kan ke depan terus kaya ngomong-ngomong nggak berani gitu kaya malu-malu gitu sama kawan-kawan

   Informan 2: Menurutku kaya diperlombaan kali ya atau kalau diperlombaan pastikan ada ini ini sama itu mungkin menurut ku dia nggak mau ikut.

   Informan 3: Dipanggil guru atau presentasi kalau nggak disuruh ke BK pokoknya dipanggil guru merasa ketakutan.

3. Bagaimana biasanya kamu bersikap atau berkomunikasi dengan dia saat terlihat cemas?

   Informan 1: Kaya ngehibur dia gitu sih kak supaya jangan takut banget gitu sih.

   Informan 2: Kadang juga bawa dia bercanda biar nggak terlalu nutupin diri kayak bawa dia jalan-jalan sekolah biar enggak kayak mana ya main-main lah ya.

   Informan 3: Bicara dengan santai aja biar dia ngga cemas sama sekali bawa dia becanda.

4. Apa yang kamu lakukan untuk membantu dia merasa lebih tenang dan diterima di kelompok?

   Informan 1: Kek yaudah lah dibawa bercanda gitu.

   Informan 2: Ngajak dia bersosialisasi sama kawan yang lain sih contoh kalo dia tertutup ku ajak dia nih ngomong bercanda terus kalau dia udah mulai terbuka sama ku sedikit ku bawa lah dia bersosialisasi kaya ngajak dia satu kelompok gitu, biar bisa terbuka lagi.

   Informan 3: Kaya misalnya gini dia mau kerja kelompok kan di bawa santai aja jangan terlalu di cemaskan kali, kek dia takut disuruh presentasi ke depan.

5. Menurut kamu, apa yang membuat dia lebih nyaman saat berinteraksi denganmu atau teman-teman lain?

   Informan 1: Emm kaya menceritakan dirinya ke saya daripada orang lain.

   Informan 2: Di bawa bercanda terus kayak contoh membahas pembelajaran gitu.

   Informan 3: Kalau misalnya ajak dia ke kantin biar dia merasa tenang.

6. Bagaimana komunikasi antara kamu dan dia memengaruhi kepercayaan dirinya?

   Informan 1: Emm yaudah kaya jangan takut terus berani biar dia ngga takut kali gitu kan.

   Informan 2: Ngomong sama ku sih jujur aja saling terbuka kita saling terbuka tapi terbuka nya cuman berdua aja.

   Informan 3: Nyuruh dia ngomong kek secara udah jangan bawa serius kali udah bawa aja kek mainan gitu.

7. Pernahkah kamu menyarankan dia untuk bicara ke guru BK atau guru lainnya? Bagaimana reaksinya?

   Informan 1: Tidak pernah menyarankan untuk ngomong ke guru BK.

   Informan 2: Ngga pernah

   Informan 3: Ngga pernah sih kak, nengok dia interaksi sama guru bk atau guru lain, reaksinya kek kenapa ya aku dipanggil.

8. Apa harapanmu terhadap guru atau sekolah untuk mendukung temanmu yang mengalami kecemasan sosial?

   Informan 1: Kedepan nya dia harus lebih PD lagi sih kak supaya ga introvert lagi.

   Informan 2: Harapan terhadap guru atau sekolah untuk mendukung teman mu yang mengalami kecemasan sosial, kan guru BK kayak teman kita dekat kalau contoh ada masalah kaya tempat curhat kita juga curhat di situ kayak seharusnya bukan seharusnya sih maunya dia tahu mana siswanya yang introvert yang tertutup gitu jadi kayak dia lebih harus banyak membuka diri terus memberi motivasi sama teman.

   Informan 3: Guru nya biar tau kalo misalnya murid-muridnya nggak kecemasan dalam situasi maksudnya kalau pun memanggil itu kek mana biar dia nggak merasa cemas dengan situasi.

DOKUMENTASI WAWANCARA

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Ppj/PT/III/2024
Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
https://fisip.umsu.ac.id fisip@umsu.ac.id umsumedan umsumedan umsumedan umsumedan
UMSU Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila menjawab surat ini agar disebutkan nomor dan tanggalnya

Nomor : **1242**/KET/II.3.AU/UMSU-03/F/2025 Medan, 23 Muharram 1447 H
Lampiran : -.- 18 Juli 2025 M
Hal : ***Mohon Diberikan izin Penelitian Mahasiswa***

Kepada Yth : **Kepala Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Labuhan Deli**
di-
Tempat.

Bissmillahirahmanirrahim
Assalamu'alaikum Wr.Wb

Teriring salam semoga Bapak/Ibu dalam keadaan sehat wal'afiat serta sukses dalam menjalankan segala aktivitas yang telah direncanakan.

Untuk memperoleh data dalam penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi), kami mohon kiranya Bapak/Ibu berkenan memberikan izin penelitian kepada mahasiswa kami di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Labuhan Deli, atas nama :

Nama mahasiswa	: **DWI MONIKA**
N P M	: 2103110155
Program Studi	: Ilmu Komunikasi
Semester	: VIII (Delapan) Tahun Akademik 2024/2025
Judul Tugas Akhir Mahasiswa	: **STRATEGI KOMUNIKASI ANTAR PERSONAL SISWA SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI DALAM MENGATASI KECEMASAN SOSIAL**

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kesediannya memberikan izin penelitian diucapkan terima kasih. Nashrun minallah, wassalamu 'alaikum wr. wb.

Dekan,

Dr. ARIFIN SALEH, S.Sos., MSP.
NIDN: 0030017402

Cc : File.

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya
UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 1913/SK/BAN-PT/Ak.KP/PT/XI/2022
Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
https://fisip.umsu.ac.id fisip@umsu.ac.id umsumedan umsumedan umsumedan umsumedan

Sk-I

PERMOHONAN PERSETUJUAN
JUDUL SKRIPSI

Kepada Yth. **Bapak/ Ibu**
Program Studi .....
FISIP UMSU
di
Medan.

Medan, 23 Mei 2025

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan hormat. Saya yang bertanda tangan di bawah ini Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik UMSU :

Nama Lengkap : Dwi Monika
N P M : 2103110155
Program Studi : Ilmu Komunikasi
SKS diperoleh : 139 SKS, IP Kumulatif 3.65

Mengajukan permohonan persetujuan judul skripsi :

No	Judul yang diusulkan	Persetujuan
1	Strategi Komunikasi Antarpersonal Siswa SMA Negeri 1 Labuhan Deli Dalam Mengatasi Kecemasan Sosial	23 Mei 2025
2	Strategi Komunikasi Pemasaran @hukuthrift Melalui Media Sosial Dalam Mendorong Keputusan Pembelian Konsumen Instagram di Medan	
3	Peran Komunikasi Psikologi Berdasarkan Teori Coping Dalam Pengurangan Stres Akademik Mahasiswa di UniMed	

Bersama permohonan ini saya lampirkan

1. Tanda bukti lunas beban **SPP** tahap berjalan;
2. Daftar **Kemajuan Akademik/ Transkrip Nilai Sementara** yang disahkan oleh Dekan.

Demikianlah permohonan Saya, atas pemeriksaan dan persetujuan Bapak/ Ibu, Saya ucapkan terima kasih. *Wassalam.*

199.21.311

Pemohon,

(Dwi Monika)

Rekomendasi Ketua Program Studi:
Diteruskan kepada Dekan untuk
Penetapan Judul dan Pembimbing.

Medan, tanggal. 26 Mei 2025
Ketua,
Program Studi: Ilmu Komunikasi

(Akhyar Ansori S.Sos, M.Kom)
NIDN: 0127048401

Dosen Pembimbing yang ditunjuk
Program Studi:

(Drs. Zulfahmi)
NIDN:

BAN-PT MQA QS STARS

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Ppj/PT/III/2024
Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
https://fisip.umsu.ac.id fisip@umsu.ac.id umsumedan umsumedan umsumedan umsumedan

Sk-2

SURAT PENETAPAN JUDUL DAN PEMBIMBING
TUGAS AKHIR MAHASISWA
(SKRIPSI DAN JURNAL ILMIAH)
Nomor : 967/SK/II.3.AU/UMSU-03/F/2025

Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara berdasarkan Surat Keputusan Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Nomor: 1964/SK/II.3.AU/UMSU-03/F/2024 Tanggal 04 Djumadil Awwal 1446H/ 06 November 2024 M Tentang Panduan Penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) dan Rekomendasi Pimpinan Program Studi Ilmu Komunikasi tertanggal **: 23 Mei 2025**, dengan ini menetapkan judul dan pembimbing penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) untuk mahasiswa sebagai berikut:

Nama mahasiswa	: **DWI MONIKA**
N P M	: 2103110155
Program Studi	: Ilmu Komunikasi
Semester	: VIII (Delapan) Tahun Akademik 2024/2025
Judul Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah)	: **STRATEGI KOMUNIKASI ANTAR PERSONAL SISWA SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI DALAM MENGATASI KECEMASAN SOSIAL**
Pembimbing	: **Drs. ZULFAHMI., M.I.Kom.**

Dengan demikian telah diizinkan menulis Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah), dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) harus memenuhi prosedur dan tahapan sesuai dengan buku pedoman penulisan Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) FISIP UMSU Tahun 2024.
2. Penetapan judul dan pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) sesuai dengan nomor yang terdaftar di Program Studi Ilmu Komunikasi: 199.21.311 tahun 2025.
3. Penetapan judul, pembimbing dan naskah Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi dan Jurnal Ilmiah) dinyatakan batal apabila tidak selesai sebelum masa kadaluarsa atau bertentangan dengan peraturan yang berlaku.

Masa Kadaluarsa tanggal: 23 November 2025.

Ditetapkan di Medan,
Pada Tangal, 28 Dzulqaidah 1446 H
26 Mei 2025 M

Dekan,

Assoc. Prof. Dr. ARIFIN SALEH., MSP.
NIDN: 0030017402

Tembusan :
1. Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP UMSU di Medan;
2. Pembimbing ybs. di Medan;
3. Pertinggal

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UMSU Terakreditasi Unggul berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 1913/SK/BAN-PT/Ak.KP/PT/XI/2022
Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66624567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
https://fisip.umsu.ac.id fisip@umsu.ac.id umsumedan umsumedan umsumedan umsumedan
UMSU Unggul | Cerdas | Terpercaya

Sk-3

PERMOHONAN
SEMINAR PROPOSAL TUGAS AKHIR MAHASISWA
(SKRIPSI DAN JURNAL ILMIAH)

Kepada Yth.
Bapak Dekan FISIP UMSU
di
Medan.

Medan, 20 Juni 2025

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan hormat, saya yang bertanda tangan di bawah ini mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik UMSU :

Nama lengkap : Dwi Monika
NPM : 2103110155
Program Studi : Ilmu Komunikasi

mengajukan permohonan mengikuti Seminar Proposal Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) yang ditetapkan dengan Surat Penetapan Judul dan Pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) Nomor 961 /SK/II.3-AU/UMSU-03/F/2025 tanggal 23 Mei 2025 dengan judul sebagai berikut :

STRATEGI KOMUNIKASI ANTAR PERSONAL SISWA SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI DALAM MENGATASI KECEMASAN SOSIAL

Bersama permohonan ini saya lampirkan :

1. Surat Permohonan Persetujuan Judul Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) (SK – 1);
2. Surat Penetapan Judul dan Pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) (SK-2);
3. DKAM/ Transkrip Nilai Sementara yang telah disahkan;
4. Kartu Hasil Studi Semester I s/d terakhir;
5. Tanda Bukti Lunas Beban SPP tahap berjalan;
6. Tanda Bukti Lunas Biaya Seminar Proposal Tugas Akhir Mahasiswa;
7. Kartu Kuning Peninjau Seminar Proposal;
8. Semua berkas difotocopy rangkap 1 dan dimasukan ke dalam MAP berwarna **BIRU**;
9. Propsotal Tugas Akhir Mahasiswa yang telah disahkan oleh Pembimbing (rangkap - 3).

Demikianlah permohonan saya untuk pengurusan selanjutnya. Atas perhatian Bapak saya ucapkan terima kasih. *Wassalam*

Diketahui oleh Ketua Program Studi	Menyetujui Pembimbing	Pemohon,
(Ashwar Ansari, S.Sos, M.I.Kom)	(Drs. Zul Fahmi, M.I.Kom)	(Dwi Monika)
NIDN: 0127048401	NIDN: 0118056301	

BAN-PT MQA QS STARS

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

SK-4

UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

UNDANGAN/PANGGILAN SEMINAR PROPOSAL UJIAN TUGAS AKHIR
(SKRIPSI DAN JURNAL ILMIAH)
Nomor : **1097**/UND/II.3.AU/UMSU-03/F/2025

Program Studi : **Ilmu Komunikasi**
Hari, Tanggal : Kamis, 26 Juni 2025
Waktu : 09.00 WIB s.d. selesai
Tempat : AULA FISIP UMSU Lt. 2
Pemimpin Seminar : **AKHYAR ANSHORI, S.Sos., M.I.Kom.**

No.	NAMA MAHASISWA	NOMOR POKOK MAHASISWA	PENANGGAP	PEMBIMBING	JUDUL PROPOSAL UJIAN TUGAS AKHIR
26	DWI MONIKA	2103110155	ELVITA YENNI, SS., M.Hum.	Drs. ZULFAHMI., M.I.Kom.	STRATEGI KOMUNIKASI ANTAR PERSONAL SISWA SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI DALAM MENGATASI KECEMASAN SOSIAL
27	BEUTARI KHALIZA AFIASYA	2103110154	Dr. MUHAMMAD THARIQ, S.Sos., M.I.Kom.	AKHYAR ANSHORI, S.Sos., M.I.Kom.	ANALISIS PESAN SPIRITUAL PADA FILM PENDEK WARDAH RAMADHAN SERIES PRODUKSI TAHUN 2025
28	SYAH FALI HASIBUAN	2103110152	Assoc. Prof. Dr. FAUSTYNA, S.Sos., M.M., M.I.Kom.	Dr. IRWAN SYARI TJG, S.Sos., M.AP.	PERENCANAAN KOMUNIKASI PROGRAM DAPUR BZSA DALAM MENINGKATKAN KEPEDULIAN SOSIAL DI DINAS KETAHANAN PANGAN & HOLTIKULTURA KOTA MEDAN
29	MUTIA LAINA	2103110304	Assoc. Prof. Dr. LEYLIA KHAIRANI., M.Si.	AKHYAR ANSHORI, S.Sos., M.I.Kom.	PENANAMAN NILAI MORAL MELALUI DONGENG SEBAGAI MEDIA KOMUNIKASI PADA SISWA SD SWASTA HARAPAN SAKTI KABUPATEN DELI SERDANG
30	AULIA RAHMAN	2103110253	FAIZAL HAMZAH LUBIS, S.Sos., M.I.Kom.	H. TENERMAN, S.Sos., M.I.Kom.	MAKNA SIMBOLIK BUNGA BALE (TEPAK BUNGA) DALAM PERNIKAHAN ADAT MELAYU DI KECAMATAN TELUK NIBUNG KOTA TANJUNG BALAI

Medan, 28 Dzulhijjah 1446 H
24 Juni 2025 M

Dekan

(Assoc. Prof. Dr. ARIFIN SALEH., MSP.)

BAN-PT STARS

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 191/SK/BAN-PT/Ak.KP/PT/XI/2022
Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003
https://fisip.umsu.ac.id fisip@umsu.ac.id umsumedan umsumedan umsumedan umsumedan

Sk-5

BERITA ACARA BIMBINGAN TUGAS AKHIR MAHASISWA

Nama lengkap : Dwi Monika
NPM : 2103110155
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Judul Tugas Akhir Mahasiswa (Skripsi Dan Jurnal Ilmiah) : Strategi Komunikasi Antar Pertonal Siswa SMA Negeri 1 Lawuhan Deli Dalam mengatasi Kecematan Sosial

No.	Tanggal	Kegiatan Advis/Bimbingan	Paraf Pembimbing
1.	23 Mei 2025	Penetapan judul Skripsi	
2.	13 Juni 2025	Bimbingan Proposal Skripsi	
3.	16 Juni 2025	Revisi Proposal Skripsi	
4.	18 Juni 2025	ACC Proposal Skripsi	
5.	2 Juli 2025	Bimbingan Draft Wawancara	
6.	3 Juli 2025	ACC Draft Wawancara	
7.	5 Agustus 2025	Bimbingan Hasil wawancara	
8.	8 Agustus 2025	Bimbingan bab 4 dan bab 5	
9.	14 Agustus 2025	Revisi bab 4 dan bab 5	
10.	16 Agustus 2025	ACC Tugas Akhir	

Medan, 16 Agustus 2025

Dekan,

(Assoc. Prof. Dr. Arifin Saleh, S.Sos, M.Si)
NIDN : 0030017402

Ketua Program Studi,

(Dr. Akhyar Anshori S.Sos. M.I.Kom)
NIDN : 0127040401

Pembimbing,

(Drs. Zul Fahmi, M.I.Kom)
NIDN : 0100056301

BAN-PT MQA Agensi Kelayakan Malaysia Malaysian Qualifications Agency QS STARS

UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK

Sk-10

UNDANGAN/ PANGGILAN UJIAN TUGAS AKHIR
(SKRIPSI DAN JURNAL ILMIAH)
Nomor : 1488/UND/II.3.AU/UMSU-03/F/2025

Pogram Studi : Ilmu Komunikasi
Hari, Tanggal : Kamis, 28 Agustus 2025
Waktu : 08.15 WIB s.d. Selesai
Tempat : Aula FISIP UMSU Lt. 2

No.	Nama Mahasiswa	Nomor Pokok Mahasiswa	TIM PENGUJI			Judul Ujian Tugas Akhir
			PENGUJI I	PENGUJI II	PENGUJI III	
11	BEUTARI KHALIZA AFIASYA	2103110154	Assoc. Prof. Dr. ARIFIN SALEH., MSP.	Dr. FAIZAL HAMZAH LUBIS, S.Sos., M.I.Kom.	Dr. AKHYAR ANSHORI, S.Sos, M.I.Kom	ANALISIS PESAN SPIRITUAL PADA FILM PENDEK WARDAH RAMADHAN SERIES PRODUKSI TAHUN 2025
12	DWI MONIKA	2103110155	Assoc. Prof. Dr. ABRAR ADHANI, M.I.Kom.	Assoc. Prof. Dr. LEYLIA KHAIRANI, M.Si	Drs. ZULFAHMI, M.I.Kom	STRATEGI KOMUNIKASI ANTAR PERSONAL SISWA SMA NEGERI 1 LABUHAN DELI DALAM MENGATASI KECEMASAN SOSIAL
13	AURA AMELIA PUTRI	2103110157	Dr. ZULFAHMI, M.I.Kom	Dr. AKHYAR ANSHORI, S.Sos, M.I.Kom	Assoc. Prof. Dr. LEYLIA KHAIRANI, M.Si	PENERAPAN UNCERTAINTY REDUCTION THEORY DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL GURU BK UNTUK MENDORONG PERUBAHAN PERILAKU SISWA DI SMA DHARMAWANGA
14	HAYDAR MUTHAHAR	2103110227	Dr. AKHYAR ANSHORI, S.Sos, M.I.Kom	Assoc. Prof. Dr. LEYLIA KHAIRANI, M.Si	Dr. IRWAN SYARI TANJUNG, S.Sos, MAP	PERAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DALAM SEJARAH MAKAM GURU PATIMPUS OLEH TOKO PASAR DI DESA LAMA KECAMATAN HAMPARAN PERAK
15	AULIA RAHMAN	2103110253	Dr. IRWAN SYARI TANJUNG, S.Sos, MAP	Dr. ZULFAHMI, M.I.Kom	H. TENERMAN, S.Sos, M.I.Kom	MAKNA SIMBOLIK BUNGA BALE (TEPAK BUNGA) DALAM PERNIKAHAN ADAT MELAYU DI KECAMATAN TELUK NIBUNG KOTA TANJUNG BALAI

Notulis Sidang :
1.

Ditetapkan oleh :
Wakil Rektor I

Prof. Dr. MUHAMMAD ARIFIN, SH, M.Hum.

Medan, 03 Rabiul Awwal 1447 H
26 Agustus 2025M

Panitia Ujian

Ketua,

Assoc. Prof. Dr. ARIFIN SALEH., MSP.

Sekretaris

Assoc. Prof. Dr. ABRAR ADHANI., M.I.Kom

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama	:	Dwi Monika
Tempat / Tanggal lahir	:	Helvetia / 26 Maret 2003
Agama	:	Islam
Kewarganegaraan	:	Indonesia
Alamat	:	Dusun VI A Gg Rahmat
Anak Ke	:	2 dari 2 bersaudara

Data Orang Tua

Nama Ayah	:	Sudarma
Nama Ibu	:	Tumini
Pekerjaan Ayah	:	Karyawan Swasta
Perkerjaan Ibu	:	Ibu Rumah Tangga
Alamat	:	Dusun VI A Gg Rahmat

Pendidikan Formal

TK	:	TKA /TPA Al Ikhlas
SD	:	SD Negeri 067255 Medan
SMP	:	SMP Negeri 43 Medan
SMA	:	SMA Negeri 1 Labuhan Deli
S1	:	Ilmu Komunikasi Unversitas Muhammadiyah Sumatera Utara