



Hubungan Antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Siswa Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026

Desti Putri Arianti^{1*}, Made Gunawan¹, Nuraeni¹

¹ Universitas Pendidikan Mandalika, Indonesia.

DOI: <https://doi.org/10.29303/goescienceed.v7i4.3130>

Article Info:

Received : 26 Juli 2026
Revised : 18 Agustus 2026
Accepted : 25 Agustus 2026
Published : 17 September 2026

Correspondence:

Desti Putri Arianti

Phone:

Abstract: This study aimed to determine the relationship between Social Anxiety and difficulties in interpersonal communication skills among eleventh-grade students at SMA Negeri 1 Narmada in the 2025/2026 academic year. Effective interpersonal communication is an important aspect of students' social and academic development because it enables them to express ideas, build relationships, and participate actively in the school environment. However, social anxiety may become a barrier to communication, particularly when students feel afraid of being judged, lack confidence, or feel uncomfortable when interacting with others. The background of this study was based on the presence of students who experience anxiety when interacting with others, lack confidence in expressing their opinions, and encounter difficulties in developing effective interpersonal communication in the school environment. This study employed a quantitative approach with a correlational research design. The population consisted of 144 eleventh-grade students, while the sample comprised 57 students selected using a simple random sampling technique. Data were collected using Social Anxiety and interpersonal communication skills difficulty questionnaires, supported by observation, interviews, and documentation. Data analysis was conducted using the Pearson Product Moment correlation test with the assistance of SPSS. The results showed that the correlation coefficient (r_{xy}) was 0.693, which was greater than the r table value of 0.261 at a 5% significance level, with a significance value of 0.000. Therefore, the null hypothesis (H_0) was rejected and the alternative hypothesis (H_a) was accepted, indicating a significant relationship between Social Anxiety and difficulties in interpersonal communication skills among eleventh-grade students at SMA Negeri 1 Narmada in the 2025/2026 academic year. The findings of this study indicate a statistically significant relationship between the two variables.

Keywords: Social Anxiety; Difficulties in Interpersonal Communication Skills

Citation: Arianti, D. P., Gunawan, I. M., & Nuraeni. (2026). Hubungan Antara Social Anxiety dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Siswa Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026. *Jurnal Pendidikan, Sains, Geologi, Dan Geofisika (GeoScienceEd Journal)*, 7(4), 5475–5480. <https://doi.org/10.29303/goescienceed.v7i4.3130>

Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu proses yang memiliki peran penting dalam mengembangkan potensi yang dimiliki setiap individu, baik dari aspek akademik maupun sosial. Melalui pendidikan, siswa tidak hanya dibekali dengan kemampuan intelektual, tetapi juga diarahkan untuk mampu berinteraksi, menyesuaikan

diri, serta membangun hubungan yang positif dengan lingkungan sekitarnya. Menurut Yusuf (2011:23), masa remaja merupakan tahap perkembangan sosial ketika individu mulai memiliki kebutuhan yang lebih besar untuk diterima oleh lingkungan serta menjalin hubungan yang lebih erat dengan teman sebaya. Oleh karena itu, keterampilan komunikasi interpersonal

Email: destiputriarianti@gmail.com

menjadi salah satu kemampuan yang penting dimiliki siswa agar mampu membangun hubungan sosial yang baik, bekerja sama dengan teman, menyampaikan pendapat secara efektif, serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran.

Meskipun demikian, pada kenyataannya tidak semua siswa memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik. Masih terdapat siswa yang menunjukkan Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal, seperti kesulitan mengemukakan pendapat, kurang percaya diri ketika berbicara, enggan memulai percakapan, menghindari interaksi dengan teman maupun guru, serta belum mampu menjalin hubungan sosial secara efektif. Menurut DeVito (2019:200-215), komunikasi interpersonal yang efektif ditandai oleh lima aspek utama, yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*). Apabila aspek-aspek tersebut belum berkembang secara optimal, maka individu cenderung mengalami Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal. Kondisi ini dapat menghambat siswa dalam menjalin hubungan sosial, menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah, serta berpartisipasi dalam proses pembelajaran. Sejalan dengan pendapat tersebut, Rogers menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif dibangun melalui kejujuran (*genuineness*), penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan empati terhadap lawan bicara. Sementara itu, Rakhmat (2018:80) menyatakan bahwa kualitas komunikasi interpersonal dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, seperti persepsi interpersonal, konsep diri, dan atraksi interpersonal.

Salah satu faktor psikologis yang diduga berkaitan dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal adalah *Social Anxiety* (*Social Anxiety*). *Social Anxiety* merupakan kondisi ketika seseorang mengalami ketakutan yang berlebihan terhadap kemungkinan memperoleh penilaian negatif dari orang lain dalam situasi sosial. Antony dan Swinson (2008:5) menjelaskan bahwa *Social Anxiety* muncul ketika individu merasa berpotensi dipermalukan atau dipandang buruk oleh orang lain, sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman dan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial. Beck juga menjelaskan bahwa *Social Anxiety* berkaitan dengan adanya distorsi kognitif, yaitu pola pikir yang membuat individu merasa dirinya selalu menjadi pusat perhatian dan akan dinilai secara negatif oleh orang lain. Selain itu, Hofmann (2007:18) mengemukakan bahwa *Social Anxiety* memunculkan *self-focused attention*, yaitu kondisi ketika individu lebih memusatkan perhatian pada rasa gugup, ketakutan melakukan kesalahan, atau kekhawatiran terhadap dirinya sendiri dibandingkan dengan proses komunikasi yang sedang berlangsung.

Akibatnya, siswa menjadi kurang mampu berkomunikasi secara efektif dan lebih memilih menghindari berbagai situasi sosial.

Menurut Elfariani dan Anastasya (2023:57), individu yang mengalami *Social Anxiety* umumnya memperlihatkan kecenderungan menghindari interaksi sosial, mengalami kesulitan dalam menyampaikan pendapat, serta memiliki rasa percaya diri yang rendah ketika berkomunikasi. Perilaku-perilaku tersebut mencerminkan Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal yang dimiliki individu. Selain itu, Najich, Rahman, dan Atmoko (2024:1654) menjelaskan bahwa *Social Anxiety* pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor pribadi maupun faktor sosial, seperti Kesulitan *self-esteem*, kurangnya dukungan sosial, dan pengalaman negatif dalam hubungan sosial. Dewi dan Heng (2024) juga menyatakan bahwa individu dengan tingkat *Social Anxiety* yang tinggi cenderung merasa takut tidak diterima oleh lingkungan sosialnya sehingga memilih menghindari komunikasi langsung maupun interaksi dengan orang lain. Akibatnya, kesempatan siswa untuk melatih kemampuan berkomunikasi menjadi semakin terbatas, sehingga keterampilan komunikasi interpersonal yang dimilikinya tidak berkembang secara optimal.

Secara teoritis, hubungan antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal dapat dipahami bahwa semakin tinggi tingkat *Social Anxiety* yang dialami seseorang, semakin besar pula kecenderungannya untuk menghindari berbagai situasi sosial. Perilaku menghindar (*avoidance behavior*) tersebut menyebabkan individu memiliki kesempatan yang lebih sedikit untuk berinteraksi dengan orang lain, sehingga kemampuan komunikasi interpersonalnya kurang berkembang. Dampaknya, siswa menjadi kurang terbuka dalam mengemukakan pendapat, kurang percaya diri ketika berbicara, mengalami kesulitan menjalin hubungan dengan teman sebaya, serta kurang mampu menunjukkan empati dan sikap mendukung dalam proses komunikasi.

Hasil penelitian terdahulu juga menunjukkan adanya hubungan antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal. Penelitian Vallahatullah Missasi (2026:45) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Social Anxiety* dan komunikasi interpersonal. Semakin tinggi tingkat *Social Anxiety* yang dimiliki individu, semakin tinggi kesulitan keterampilan komunikasi interpersonalnya. Kondisi tersebut terjadi karena rasa takut terhadap penilaian negatif membuat individu kehilangan kepercayaan diri ketika berinteraksi dengan orang lain. Penelitian Yustinus Hulu (2022:112) juga menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal memiliki keterkaitan yang erat dengan kemampuan penyesuaian diri siswa. Selain itu, penelitian Ice Apong dkk. (2025:89)

menemukan bahwa semakin baik keterampilan komunikasi interpersonal seseorang, maka tingkat *Social Anxiety* yang dialaminya cenderung semakin rendah. Temuan-temuan tersebut memperkuat dugaan bahwa *Social Anxiety* merupakan salah satu faktor yang berhubungan dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal.

Walaupun demikian, masih terdapat kesenjangan penelitian yang perlu mendapat perhatian. Sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada mahasiswa atau remaja secara umum, sedangkan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada siswa sekolah menengah masih relatif sedikit. Selain itu, penelitian yang menggambarkan kondisi tersebut berdasarkan fenomena nyata di lingkungan sekolah juga masih terbatas.

Berdasarkan hasil observasi selama pelaksanaan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) di SMA Negeri 1 Narmada, ditemukan beberapa siswa yang menunjukkan gejala *Social Anxiety* disertai Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal. Gejala tersebut terlihat ketika siswa merasa takut saat diminta mempresentasikan tugas di depan kelas, lebih banyak diam selama proses pembelajaran, enggan mengajukan pertanyaan, memilih menarik diri ketika pembentukan kelompok belajar, menghindari kontak mata, menolak menyampaikan pendapat, serta kurang aktif dalam kegiatan diskusi kelompok.

Temuan tersebut diperkuat melalui wawancara awal dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK). Berdasarkan informasi yang diperoleh, terdapat beberapa siswa yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya maupun guru. Selain itu, siswa cenderung menghindari berbicara di depan umum, merasa gugup ketika diminta menyampaikan pendapat, serta kurang percaya diri dalam menjalin komunikasi dengan orang lain. Dari 36 siswa yang diamati pada salah satu kelas XI, sekitar 10 siswa menunjukkan perilaku pasif selama proses pembelajaran berlangsung.

Guru BK juga menyampaikan bahwa beberapa siswa sering datang ke ruang BK dengan keluhan takut salah berbicara, khawatir menjadi bahan tertawaan teman, serta merasa cemas ketika harus tampil di depan kelas. Hambatan tersebut bukan disebabkan oleh kesulitan kemampuan akademik, melainkan lebih dipengaruhi oleh rasa takut terhadap penilaian negatif dari orang lain. Kondisi tersebut menyebabkan siswa kurang berani mengemukakan pendapat, cenderung menghindari komunikasi dengan guru maupun teman, serta menunjukkan kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal. Apabila kondisi ini tidak segera ditangani, maka dapat berdampak pada kesulitan

partisipasi siswa dalam proses pembelajaran, menurunnya rasa percaya diri, serta terhambatnya kemampuan siswa dalam membangun hubungan sosial di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, sebagai calon guru Bimbingan dan Konseling, peneliti memandang bahwa permasalahan tersebut perlu memperoleh perhatian yang serius. Pemahaman mengenai hubungan antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal diharapkan dapat menjadi dasar dalam penyusunan layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026."

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Pendekatan kuantitatif digunakan karena data penelitian berbentuk angka yang dianalisis secara statistik, sedangkan desain korelasional digunakan untuk mengetahui hubungan antara *Social Anxiety* (X) dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal (Y) pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026 yang berjumlah 144 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*, dengan mengambil 40% dari jumlah populasi sehingga diperoleh 57 siswa sebagai responden penelitian. Teknik ini memberikan kesempatan yang sama kepada setiap anggota populasi untuk menjadi sampel.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket sebagai instrumen utama, sedangkan observasi, wawancara, dan dokumentasi digunakan sebagai data pendukung. Instrumen penelitian terdiri atas 80 pernyataan, yaitu 40 pernyataan untuk variabel *Social Anxiety* dan 40 pernyataan untuk variabel Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen diuji cobakan kepada 30 siswa kelas XI SMA Negeri 1 Lingsar yang memiliki karakteristik serupa dengan populasi penelitian. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment* dengan bantuan SPSS. Pada taraf signifikansi 5% dan $df = 28$, diperoleh nilai r_{tabel} sebesar 0,361. Butir pernyataan dinyatakan valid apabila nilai $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$.

Data penelitian dianalisis menggunakan statistik korelasional dengan bantuan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Analisis utama menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui hubungan antara *Social Anxiety* dan

Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Narmada.

Hasil dan Diskusi

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasi untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kedua variabel. Dalam proses pengumpulan data, diperlukan waktu yang cukup untuk mendapatkan data yang valid. Penelitian ini dilakukan secara langsung di lokasi penelitian yaitu SMA Negeri 1 Narmada. Untuk memperoleh data tentang *Social Anxiety* dan kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026

Instrumen penelitian terdiri atas dua jenis angket, yaitu angket variabel *Social Anxiety* yang berisi 40 pernyataan dan angket variabel kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal yang juga terdiri atas 40 pernyataan. Kedua angket tersebut digunakan untuk memperoleh data mengenai tingkat *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi interpersonal siswa kelas XI SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026.

Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen terlebih dahulu diuji coba untuk memastikan bahwa instrumen tersebut layak digunakan sebagai alat pengumpulan data. Uji coba dilaksanakan kepada 30 responden di SMA Negeri 1 Lingsar pada hari Senin, 8 Juni 2026 melalui penyebaran angket dalam bentuk lembar pernyataan kepada siswa. Hasil uji coba instrumen tersebut selanjutnya dianalisis melalui uji validitas dan uji reliabilitas untuk mengetahui tingkat kelayakan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian.

Uji Validitas

Uji validitas bertujuan untuk mengetahui tingkat ketepatan setiap butir pernyataan dalam instrumen penelitian. Pelaksanaan uji coba dilakukan dengan meminta responden mengisi kuesioner yang terdiri atas 80 item pernyataan, yaitu 40 butir pernyataan untuk variabel X dan 40 butir pernyataan untuk variabel Y. Dalam uji coba instrumen ini, peneliti melibatkan 30 responden yang berada di luar sampel dan populasi penelitian, tetapi memiliki karakteristik yang sama, yaitu siswa kelas XI SMA Negeri 1 Lingsar Tahun Pelajaran 2025/2026.

Berdasarkan hasil uji validitas instrumen yang dilakukan menggunakan bantuan SPSS terhadap 30 responden, diketahui bahwa tidak semua butir pernyataan memenuhi kriteria validitas. Pada variabel X, item yang dinyatakan tidak valid yaitu X3, X4, X9, X11, X16, X27, X32, X34, X36, X39, dan X40. Sementara itu, pada variabel Y, item yang tidak memenuhi kriteria

validitas meliputi Y1, Y2, Y3, Y4, Y10, Y14, Y15, Y25, Y26, Y28, dan Y30. Ketidakvalidan tersebut dikarenakan nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ pada taraf signifikansi tertentu.

Sementara itu, item-item lainnya menunjukkan nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ serta nilai signifikansi (*p-value*) lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat dinyatakan valid dan layak digunakan dalam penelitian. Dengan demikian, dari jumlah awal 80 item pernyataan, setelah dilakukan eliminasi terhadap item yang tidak valid sebanyak 22 butir, diperoleh 58 item pernyataan yang memenuhi kriteria validitas. Selanjutnya, seluruh item yang valid tersebut digunakan dalam pengujian reliabilitas instrumen penelitian.

Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah alat yang digunakan untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel. Suatu kuesioner dikatakan reliabel jika jawaban responden terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan Cronbach's Alpha dengan bantuan SPSS. Cronbach's Alpha adalah patokan yang digunakan untuk mendeskripsikan korelasi atau hubungan antara skala yang dibuat dengan semua skala variabel yang ada.

Berdasarkan gambar di atas, berdasarkan data yang diperoleh dari 30 responden dengan angket yang terdiri dari 29 item pernyataan pada variabel X dan 29 item pernyataan pada variabel Y, diketahui bahwa masing-masing variabel memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,949 untuk variabel X dan 0,900 untuk variabel Y. Hasil uji reliabilitas variabel X sebesar 0,949 menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha berada pada rentang $\pm 0,70$ sampai $\pm 0,90$, yang berarti variabel X memiliki tingkat reliabilitas tinggi. Hal yang sama juga berlaku pada variabel Y, di mana nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,900 juga berada pada rentang $\pm 0,70$ sampai $\pm 0,90$, sehingga variabel Y dikategorikan memiliki reliabilitas tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebanyak 58 butir item pernyataan dalam instrumen penelitian ini layak digunakan sebagai alat pengumpul data karena telah memenuhi kriteria reliabilitas atau dapat dinyatakan reliabel.

Pengujian Hipotesis

Sebagaimana telah diuraikan dalam penelitian ini pada metode penelitian bahwa teknik analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik analisis statistik dengan uji korelasi *Pearson Product Moment*. Adapun langkah-langkah yang ditempuh untuk menganalisis data dalam penelitian adalah sebagai berikut: 1) Merumuskan Hipotesis Nihil (H_0), 2) Membuat Tabel Kerja, 3) Memasukkan Data ke Dalam Rumus Korelasi *Pearson Product Moment*, 4) Menguji Nilai r_{xy} , 5) Menarik Kesimpulan.

Langkah awal dari penelitian ini adalah merumuskan H_a (Hipotesis Alternatif) yang berbunyi "Ada Hubungan Antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal siswa kelas XI SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026". Jika diubah menjadi H_o (Hipotesis Nihil) maka akan berbunyi "Tidak Ada Hubungan Antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal siswa kelas XI SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026".

Tahap berikutnya adalah melakukan analisis statistik terhadap data yang telah dikumpulkan. Pada penelitian ini, analisis data menggunakan statistik inferensial dengan teknik korelasi Pearson Product Moment yang diolah menggunakan aplikasi SPSS. Hasil analisis tersebut kemudian diinterpretasikan berdasarkan nilai koefisien korelasi yang diperoleh untuk mengetahui tingkat hubungan antara variabel-variabel yang diteliti. Adapun hasil uji korelasi Pearson Product Moment dapat dilihat pada gambar berikut

Correlations

		SocialAnxiety	KesulitanKeterampilanKomunikasiInterpersonal
SocialAnxiety	Pearson Correlation	1	,693**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	57	57
KesulitanKeterampilanKomunikasiInterpersonal	Pearson Correlation	,693**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	57	57

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Gambar 3 Hasil Uji *Person Product Moment*

Pengujian nilai r_{xy} dilakukan dengan membandingkan nilai r_{hitung} yang diperoleh dari hasil analisis dengan nilai r_{tabel} . Dalam penelitian ini, jumlah responden sebanyak 57 orang sehingga derajat kebebasan (df) dihitung menggunakan rumus $N-2$, yaitu $57-2 = 55$. Pada taraf signifikansi 0,05, nilai r_{tabel} yang digunakan adalah 0,261. Selanjutnya, untuk memudahkan interpretasi terhadap nilai r_{xy} atau koefisien korelasi yang diperoleh, digunakan pedoman interpretasi koefisien korelasi menurut Sugiyono (2019:248) sebagaimana disajikan berikut ini.

Tabel 3. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
$\pm 0.80 - \pm 1.000$	Sangat Kuat
$\pm 0.60 - \pm 0.799$	Kuat
$\pm 0.40 - \pm 0.599$	Sedang
$\pm 0.20 - \pm 0.399$	Rendah
$\pm 0.00 - \pm 0.199$	Sangat Rendah

Sumber: Pedoman Kriteria Sugiono (2019:248)

Berdasarkan hasil analisis statistik, diperoleh nilai r_{hitung} sebesar 0,693, sedangkan nilai r_{tabel} adalah 0,261. Hal ini menunjukkan bahwa nilai r_{hitung} lebih besar daripada r_{tabel} , yaitu $0,693 > 0,261$. Selain itu, hasil analisis juga menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena itu, hipotesis alternatif (H_a) diterima, sedangkan hipotesis nol (H_o) ditolak.

Selain itu berdasarkan pedoman interpretasi koefisien korelasi, nilai korelasi tersebut pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Social Anxiety* dengan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026.

Berdasarkan hasil analisis statistik dalam penelitian ini, interpretasi hasil uji korelasi dilakukan dengan melihat besarnya nilai koefisien korelasi yang diperoleh dari tabel hasil pengujian. Nilai koefisien korelasi tersebut menunjukkan tingkat hubungan antara dua variabel yang diteliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa koefisien korelasi antara *Social Anxiety* dan Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026 memiliki nilai r_{hitung} sebesar 0,693, sedangkan nilai r_{tabel} sebesar 0,261. Dengan demikian, nilai r_{hitung} lebih besar daripada r_{tabel} , yaitu $0,693 > 0,261$. Selain itu, hasil analisis juga menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,000. Karena nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis alternatif (H_a) diterima, sedangkan hipotesis nol (H_o) ditolak.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Social Anxiety* dan Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026. Mengacu pada pedoman interpretasi koefisien korelasi, nilai koefisien sebesar 0,693 menunjukkan bahwa tingkat hubungan antara kedua variabel tersebut berada pada kategori kuat.

Dalam uji korelasi *Person Product Moment*, hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal memiliki hubungan yang bersifat positif. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat *Social Anxiety* yang dialami atau terjadi pada siswa, maka semakin tinggi pula tingkat Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal yang dimiliki siswa tersebut. Sebaliknya, apabila tingkat *Social Anxiety* lebih rendah, maka tingkat Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal juga cenderung lebih rendah. Penelitian ini menunjukkan

bahwa adanya hubungan positif yang searah antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026. Temuan ini dibuktikan melalui hasil uji korelasi Pearson Product Moment yang menunjukkan nilai r hitung sebesar 0,693, lebih besar daripada nilai r tabel sebesar 0,261. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) Diterima sedangkan hipotesis nol (H_o) ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026. Berdasarkan pedoman interpretasi koefisien korelasi menurut Sugiyono (2019), nilai koefisien korelasi sebesar 0,693 termasuk dalam kategori hubungan yang kuat.

Hubungan positif yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan pada variabel *Social Anxiety* diikuti oleh peningkatan pada variabel Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal. Sebaliknya, apabila tingkat *Social Anxiety* lebih rendah, maka tingkat Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal juga cenderung lebih rendah. Dengan demikian, kedua variabel memiliki hubungan yang searah, yaitu perubahan pada satu variabel diikuti oleh perubahan pada variabel lainnya dalam arah yang sama. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pendapat Missasi (2026) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Social Anxiety* dengan kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal. Semakin tinggi tingkat *Social Anxiety* yang dialami individu, maka semakin tinggi kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal yang dimilikinya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingginya *Social Anxiety* dapat menyebabkan individu mengalami Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal, terutama pada aspek keterbukaan (*openness*), karena rasa takut terhadap penilaian negatif menghambat keberanian individu untuk berkomunikasi secara terbuka.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai "hubungan antara *Social Anxiety* dan Kesulitan Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Narmada Tahun Pelajaran 2025/2026" dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *Social Anxiety* dan Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal. Hasil analisis menunjukkan nilai r hitung

sebesar 0,693, lebih besar daripada r tabel sebesar 0,261, dengan nilai signifikansi 0,000 ($< 0,05$). Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *Social Anxiety* yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula tingkat Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonalnya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *Social Anxiety*, maka Kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal juga cenderung lebih rendah. Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang searah antara kedua variabel. Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Missasi (2026) yang menjelaskan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Social Anxiety* dengan kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal. Semakin tinggi tingkat *Social Anxiety* yang dialami individu, maka semakin tinggi kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal yang dimilikinya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingginya *Social Anxiety* dapat menyebabkan individu mengalami kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal, terutama pada aspek keterbukaan (*openness*), karena rasa takut terhadap penilaian negatif menghambat keberanian individu untuk berkomunikasi secara terbuka

Ucapan Terimakasih

Penulis menyadari bahwa penyelesaian proposal ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada, Rektor Universitas Pendidikan Mandalika yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar di kampus Universitas Pendidikan Mandalika, Ibu Suharyani, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh studi hingga tahap akhir, Ibu Farida Herna Astuti, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan arahan, kritik dan saran selama penyusunan proposal ini. Bapak, I Made Gunawan, M.Pd., selaku dosen pembimbing I, dan Ibu Nuraeni, S.Pd., M.Si., selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan, kritik, membantu proses penyusunan selama penyusunan skripsi ini serta telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dan perbaikan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Referensi

- Abubakar, A. (2021). Metodologi penelitian. SUKA-Press.
- Albano, A. M. (1995). Social anxiety in adolescents. Guilford Press.
- Antony, M. M., & Swinson, R. P. (2008). The shyness and social anxiety workbook. New Harbinger Publications.

- Apong, I., dkk. (2025). Faktor keterampilan berbicara dan social anxiety pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 7(1), 85–92.
- Beck, A. T. (2005). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.
- DeVito, J. A. (2019). *The interpersonal communication book*. Pearson Education.
- Hidayati, R. (2023). Hubungan antara cyberbullying dengan social anxiety pada remaja di MA NW Putra Narmada tahun ajaran 2022/2023 [Skripsi, Universitas Pendidikan Mandalika].
- Hildawati, Suhirman, L., Prisuna, B. F., Husnita, L., Mardikawati, B., Isnaini, S., Wakhyudin, Setiawan, H., Hadiyat, Y., Sroyer, A. M., & Saktisya Putra. (2024). *Metodologi penelitian kuantitatif & aplikasi pengolahan analisa data statistik*. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. Springer.
- Hulu, Y. (2022). Pengaruh komunikasi interpersonal terhadap penyesuaian diri siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 10(2), 110–118.
- IKIP Mataram. (2011). *Pedoman penulisan karya ilmiah*. IKIP Mataram.
- Jannita, A. R. (2016). Faktor-faktor penyebab kesulitan keterampilan komunikasi interpersonal siswa YW yang terisolir di SMA Negeri 9 Palembang [Skripsi, Universitas Sriwijaya].
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*.
- Missasi, V. (2026). The relationship between social anxiety and interpersonal communication. *Jurnal Psikologi Sosial*, 45(2), 40–45.
- Nashrullah, dkk. (2023). *Metodologi penelitian pendidikan*. Prenadamedia.
- Pearson, J. (2018). *Human communication*. McGraw-Hill Education.
- Rakhmaniar, A. (2023). Eksplorasi pengaruh social anxiety terhadap gaya komunikasi pada mahasiswa: Pendekatan grounded theory. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial dan Humaniora*, 1(1), 80–94.
- Rakhmat, J. (2018). *Psikologi komunikasi*. Remaja Rosdakarya.
- Rinaldi, A., Novalia, & Syazali, M. (2019). *Statistika inferensial untuk ilmu sosial dan pendidikan*. IPB Press.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Houghton Mifflin.
- Saat, S., & Mania, S. (2019). *Pengantar metodologi penelitian*. Pustaka Almaida.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suharsimi. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*.
- Suryana, M. A. (2025). Peran komunikasi interpersonal di lingkungan sekolah dalam mengurangi hambatan sosial. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(3), 120–128.
- Syahroni. (2022). *Statistik penelitian pendidikan*. Kencana.
- Yusuf, S. (2011). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Remaja Rosdakarya.