



Pengaruh Konseling Individu Untuk Meningkatkan *Social Interest* Pada Siswa *Introvert* Di SMA Negeri 21 Medan

Rayya Harifah¹

¹ Program Studi Bimbingan dan Konseling , Universitas Negeri Medan, Medan, Indonesia

Article Info

Article history:

Received April 1, 2026
Revised April 8, 2026
Accepted April 19, 2026

Kata Kunci:

Minat Sosial,
Konseling Individu,
Siswa Introvert,
Bimbingan Dan Konseling

Keywords:

Social Interest,
Individual Counseling,
Introverted Students,
Guidance And Counseling

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling individu dalam meningkatkan minat sosial pada siswa introvert. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen melalui desain pre-test dan post-test. Subjek penelitian terdiri dari siswa yang memiliki kecenderungan introvert dengan tingkat minat sosial yang rendah. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen skala minat sosial, observasi, dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan minat sosial pada subjek setelah diberikan layanan konseling individu, yang ditunjukkan melalui perbedaan skor pre-test dan post-test. Selain itu, hasil observasi dan wawancara juga mengungkapkan adanya perubahan positif dalam kemampuan subjek untuk berinteraksi dan menjalin hubungan sosial. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu berpengaruh dalam meningkatkan minat sosial pada siswa introvert. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan yang tepat bagi siswa dengan kecenderungan introvert.

ABSTRACT

This study aims to examine the effectiveness of individual counseling services in improving social interest among introverted students. The research employed a quantitative approach using an experimental method with a pre-test and post-test design. The research subjects consisted of students identified as having introverted tendencies with low levels of social interest. Data were collected through a social interest scale, observation, and interviews. The results indicated an improvement in the subjects' social interest after the implementation of individual counseling services, as evidenced by differences between pre-test and post-test scores. In addition, observational and interview data revealed positive changes in the subjects' ability to interact and establish social relationships. Therefore, it can be concluded that individual counseling services are effective in enhancing social interest among introverted students. This study is expected to serve as a reference for guidance and counseling teachers in providing appropriate services for students with introverted tendencies.

This is an open access article under the [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.



Corresponding Author:

Rayya Harifah
Program Studi Bimbingan dan Konseling , Universitas Negeri Medan,
Medan, Indonesia
Email: hrfhry24@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Social interest merupakan konsep penting dalam psikologi individual yang diperkenalkan oleh Alfred Adler, yang merujuk pada kemampuan individu untuk merasa terhubung dengan orang lain, berempati, serta berkontribusi terhadap kesejahteraan bersama. Social interest dipandang sebagai indikator utama kesehatan psikologis, di mana individu dengan tingkat social interest tinggi cenderung mampu menjalin hubungan interpersonal yang sehat, menunjukkan empati, serta memiliki orientasi pada kepentingan kolektif. Konsep ini mencakup beberapa dimensi utama, yaitu friendship, love, self-significance, dan work [1]. Social interest tidak bersifat bawaan semata, tetapi berkembang melalui proses sosialisasi, pengalaman, serta dukungan lingkungan. Penelitian modern menunjukkan bahwa social interest berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis dan kepuasan hidup individu [3], [4]. Minat sosial dipahami sebagai kebutuhan mendasar untuk hidup selaras dengan orang lain. Lebih jauh, minat sosial mencerminkan dorongan internal untuk berperan dalam membangun dan memelihara masyarakat yang ideal. Dalam pandangan ini, individu dan lingkungannya merupakan satu kesatuan yang saling mendukung, membina hubungan yang positif, dan bekerja sama demi menciptakan kondisi sosial yang lebih baik (Stoykova, 2013). Selain itu, Johnson dan Smith (2011) menekankan bahwa minat sosial mencakup perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, sehingga individu yang memilikinya biasanya menunjukkan empati dan pemahaman yang lebih baik terhadap sesama. Berdasarkan berbagai definisi tersebut, minat sosial dapat diartikan sebagai keterlibatan individu dalam kelompok yang memungkinkan mereka memahami perspektif orang lain dan bertindak untuk kepentingan bersama. Studi empiris juga menunjukkan bahwa empati dan keterlibatan sosial memiliki hubungan yang kuat dengan perkembangan social interest pada individu [5], [6].

Dalam konteks pendidikan, social interest memiliki peran penting dalam membantu siswa beradaptasi, bekerja sama, dan berpartisipasi dalam lingkungan sosial. Siswa dengan tingkat social interest yang baik cenderung lebih mudah menjalin hubungan sosial, berkolaborasi dalam kegiatan kelompok, serta memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, rendahnya social interest dapat berdampak pada kesulitan interaksi sosial, rendahnya partisipasi, serta meningkatnya risiko masalah psikologis seperti kecemasan dan depresi. Penelitian di bidang pendidikan menunjukkan bahwa keterlibatan sosial siswa berkontribusi signifikan terhadap prestasi akademik dan kesehatan mental [7], [8].

Kepribadian berperan penting dalam membentuk dan memengaruhi tingkat social interest seseorang. Menurut teori kepribadian Carl Jung, kepribadian dapat dibedakan menjadi dua tipe utama, yaitu introvert dan ekstrovert (Jung, 1921/1971). Tipe ekstrovert cenderung berorientasi pada dunia luar, mudah berinteraksi, dan mendapatkan energi dari aktivitas sosial. Sebaliknya, tipe introvert lebih berorientasi pada dunia dalam, cenderung pendiam, lebih selektif dalam berinteraksi, dan merasa kehabisan energi setelah terlalu lama bersosialisasi. Menurut Widianari dan Herdiyanto (2013), individu dengan kepribadian introvert cenderung lebih menyukai aktivitas mandiri dan memberikan perhatian yang lebih besar kepada dunia internalnya dibandingkan dunia luar. Tipe kepribadian diyakini memengaruhi cara seseorang menjalin hubungan sosial. Putri dan Irawan (2019) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dan interaksi sosial; semakin positif tipe kepribadian seseorang, maka semakin tinggi pula kualitas interaksinya, dan sebaliknya. Dalam konteks ini, individu introvert cenderung menghadapi hambatan dalam menjalin hubungan sosial, yang

berpotensi menurunkan tingkat keterlibatan sosial mereka. Meskipun demikian, social interest pada individu introvert tetap dapat dikembangkan melalui intervensi yang tepat, karena social interest lebih menekankan pada kualitas hubungan sosial daripada kuantitas interaksi. Studi psikologi kepribadian modern juga mengonfirmasi bahwa trait introversion berkaitan dengan pola interaksi sosial yang berbeda namun tetap dapat berkembang melalui dukungan lingkungan [9], [10].

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 21 Medan, ditemukan bahwa beberapa siswa menunjukkan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, kurang berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, serta memiliki kepercayaan diri yang rendah dalam berinteraksi. Kondisi ini mengindikasikan rendahnya social interest pada siswa introvert, yang berpotensi menghambat perkembangan sosial dan akademik mereka. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa rendahnya keterlibatan sosial pada remaja berkaitan dengan peningkatan risiko isolasi sosial dan masalah psikologis [11].

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui layanan konseling individu. Konseling individu merupakan layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan secara tatap muka dan bersifat personal, sehingga memberikan ruang yang aman bagi siswa untuk mengungkapkan permasalahan yang dialami. Melalui konseling individu, siswa dapat memahami diri, mengidentifikasi hambatan dalam interaksi sosial, serta mengembangkan perilaku yang lebih adaptif. Dengan demikian, konseling individu diharapkan dapat membantu meningkatkan social interest siswa introvert. Penelitian menunjukkan bahwa intervensi konseling individu efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial dan kesejahteraan psikologis siswa [12].

2. METODE

Penelitian ini memakai metode deskriptif kuantitatif dengan desain quasi- experiment. Penelitian ini memakai metode deskriptif kuantitatif dengan desain quasi- experiment. Mengacu pada pendapat Sugiyono (2013), rancangan ini termasuk dalam penelitian eksperimen yang hanya melibatkan satu kelompok perlakuan, tanpa adanya kelompok pembanding atau kelompok kontrol. Sedangkan Penelitian eksperimen semu (quasi experiment) adalah penelitian yang memberikan perlakuan (treatment) pada subjek untuk melihat pengaruhnya, tetapi tidak dilakukan pengendalian penuh terhadap variabel luar seperti pada true experiment. Menurut Sugiyono (2017), penelitian eksperimen semu dilakukan untuk melihat dampak perlakuan pada subjek dengan kondisi yang tidak memungkinkan adanya kontrol penuh.

2.1 Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah individu atau kelompok yang menjadi sumber data utama dalam penelitian [2]. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa introvert yang memiliki tingkat minat sosial rendah berdasarkan hasil identifikasi awal dengan menggunakan instrumen Social Interest Index (SII) Garry K. Leak yang dipilih menggunakan metode purposive sampling. Jumlah subjek penelitian adalah 3 orang siswa dari kelas X (Sepuluh) di SMA Negeri 21 Medan dan memiliki latar belakang masalah yang berbeda. Keberagaman latar belakang ini dipertimbangkan untuk memberikan gambaran yang lebih konferhensif mengenai pengaruh konseling individu terhadap peningkatan sosial interest siswa. Latar belakang tersebut meliputi pengalaman keluarga, pengalaman sosial, serta pola interaksi subjek di lingkungan rumah dan sekolah yang berperan dalam membentuk kecenderungan perilaku introvert. adapun inisial dari ketiga subjek, yaitu : RM, CRS dan MASP.

2.2 Teknik analisis data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan campuran (mixed methods), yaitu gabungan antara analisis kuantitatif dan kualitatif.

1. Analisis Kuantitatif

Selain analisis deskriptif, penelitian ini juga menggunakan uji statistik non- parametrik, yaitu Wilcoxon Signed Rank Test. Uji Wilcoxon digunakan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest pada kelompok yang sama.

2. Analisis Kualitatif

Analisis data kualitatif dalam penelitian ini dilakukan dengan cara analisis per subjek. Hal ini disebabkan jumlah subjek penelitian relatif sedikit, sehingga setiap subjek diperlakukan sebagai kasus individual.

2.3 Instrumen penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan meliputi skala social interest, angket kepribadian introvert, lembar observasi, dan pedoman wawancara. Skala social interest disusun berdasarkan aspek friendship, love, self-significance, dan work. Instrumen yang digunakan telah melalui uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam penelitian.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah Social Interest Index (SII) yang dikembangkan oleh Garry K. Leak. Angket SII terdiri atas 32 item pernyataan, Skala ini mengukur tingkat social interest siswa melalui empat aspek utama, yaitu friendship, love, self-significance, dan work. Keempat aspek tersebut kemudian dijabarkan ke dalam sejumlah indikator dan butir pernyataan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Skor Pre-test

Hasil pre-test Social Interest Index (SII) menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki tingkat minat sosial yang relatif rendah sebelum diberikannya layanan konseling. Perbedaan skor antar-subjek mengindikasikan variasi tingkat kesiapan masing-masing dalam menjalin hubungan sosial. Secara umum, hasil pre-test ini memberikan gambaran awal bahwa ketiga subjek membutuhkan intervensi bimbingan dan konseling untuk membantu mereka meningkatkan minat sosial, baik dalam bentuk keberanian memulai interaksi, kontribusi dalam kelompok, maupun kemampuan menunjukkan kepedulian terhadap orang lain. Adapun hasil Pre-test dari ketiga subjek sebagai berikut :

Tabel 1. xxxx

Subjek	Aspek				Jumlah
	Friendship	Work	Self-significance	Love	
RM	20	21	15	18	74
CRS	22	16	21	14	73
MASP	20	16	17	16	69

1. Treatment (konseling)

Perlakuan dalam penelitian ini berupa layanan konseling individu yang dilaksanakan dalam tiga sesi secara bertahap. Setiap sesi dirancang untuk membantu siswa meningkatkan social interest melalui pemahaman diri, pengembangan keterampilan sosial, dan penguatan perubahan perilaku.

Sesi pertama difokuskan pada tahap pembentukan hubungan konseling (rapport) antara konselor dan siswa. Pada tahap ini, konselor menciptakan suasana yang aman dan nyaman agar siswa bersedia membuka diri. Selain itu, dilakukan identifikasi permasalahan yang berkaitan dengan rendahnya social interest, seperti kesulitan berinteraksi, kurangnya kepercayaan diri, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial.

Sesi kedua merupakan tahap inti yang berfokus pada eksplorasi permasalahan secara lebih mendalam. Konselor membantu siswa memahami faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku sosialnya serta mengembangkan kesadaran diri. Pada tahap ini juga diberikan arahan dan strategi untuk

meningkatkan kemampuan interaksi sosial, seperti melatih keberanian berkomunikasi, membangun hubungan pertemanan, serta meningkatkan partisipasi dalam kegiatan sosial.

Sesi ketiga merupakan tahap evaluasi dan penguatan. Pada tahap ini, konselor bersama siswa meninjau kembali perubahan yang telah terjadi selama proses konseling. Selain itu, dilakukan penguatan terhadap perilaku positif yang telah berkembang serta penyusunan rencana tindak lanjut agar siswa dapat mempertahankan dan meningkatkan social interest dalam kehidupan sehari-hari.

Seluruh sesi konseling dilaksanakan secara tatap muka dengan pendekatan yang disesuaikan dengan karakteristik siswa, sehingga proses konseling dapat berjalan efektif dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan social interest.

2. Hasil post-test

Social Interest Index (SII) menunjukkan adanya peningkatan skor minat sosial pada ketiga subjek setelah mengikuti rangkaian konseling. Secara keseluruhan, hasil post-test mengindikasikan adanya peningkatan minat sosial secara praktis, meskipun tingkat peningkatan tiap subjek berbeda-beda. Untuk melihat sejauh mana peningkatan minat sosial pada setiap subjek, peneliti melakukan perhitungan persentase perubahan antara skor pre-test dan post-test. Adapun hasil Post-test dari ketiga subjek sebagai berikut :

Tabel 2. xxxxx

Subjek	Aspek				Jumlah
	Frienship	Work	Self-significance	Love	
RM	15	14	32	17	78
CRS	11	18	35	20	82
MASP	17	22	32	20	89

Untuk memahami sejauh mana perubahan ketiga subjek, persentase perubahan masing-masing subjek dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 3. xxx

Subjek	Tingkat perubahan berdasarkan persentase
MASP	31,88%
CRS	12,33%
RM	5,41%

3. Uji Wilcoxon

Uji Wilcoxon Signed Rank Test digunakan untuk mengetahui perbedaan skor social interest antara pre-test dan post-test pada tiga subjek penelitian. Berdasarkan hasil analisis melalui aplikasi jamovi, diperoleh nilai $p = 0,250$, yang menunjukkan bahwa nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi $0,05$. Dengan demikian, tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor pre-test dan post-test. Hasil ini mengindikasikan bahwa peningkatan skor social interest yang muncul setelah diberikan konseling belum dapat dibuktikan secara signifikan melalui uji statistik, hal tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh jumlah subjek yang sangat kecil.

3.2 Pembahasan

Hasil post-test Social Interest Index (SII) menunjukkan adanya peningkatan minat sosial pada seluruh subjek setelah mengikuti konseling, meskipun dengan tingkat peningkatan yang berbeda.

Temuan ini didukung oleh data observasi, catatan konseling, dan laporan diri subjek. Perubahan yang terjadi dianalisis berdasarkan konsep social interest menurut Adler yang mencakup aspek friendship, love, self-significance, dan work.

Pada subjek MASP, rendahnya minat sosial dipengaruhi oleh pengalaman keluarga yang tidak stabil, yang dalam perspektif Adler dapat menghambat perkembangan rasa keterhubungan (belonging). Setelah konseling, MASP menunjukkan peningkatan dalam motivasi dan keterlibatan sosial. Pada subjek CRS, ketergantungan pada satu teman menunjukkan rendahnya social interest, namun setelah konseling mulai terlihat peningkatan keberanian berinteraksi dan perluasan relasi sosial. Sementara itu, subjek RM yang sebelumnya mengalami penarikan diri akibat pengalaman penolakan, menunjukkan perubahan berupa peningkatan kepercayaan diri dan keterbukaan dalam berinteraksi.

Secara keseluruhan, perubahan pada ketiga subjek menunjukkan adanya perkembangan social interest yang ditandai dengan meningkatnya kemampuan berinteraksi, keberanian sosial, serta keterlibatan dalam lingkungan sosial yang lebih luas.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu efektif terhadap ketiga subjek yang memiliki kecenderungan introvert dalam meningkatkan minat sosial mereka. Secara kuantitatif, peningkatan ini juga terlihat dari perbandingan skor pre-test dan post-test social interest yang menunjukkan adanya kenaikan pada ketiga subjek. Hasil ini sejalan dengan temuan kualitatif yang menggambarkan adanya perubahan nyata dalam cara ketiga subjek berinteraksi, menunjukkan kepedulian, serta mulai terlibat dalam kegiatan sosial di lingkungan sekolah.

Meskipun nilai $p = 0,250$ dari uji Wilcoxon Signed Rank menunjukkan bahwa perubahan tersebut belum signifikan secara statistik. Namun demikian, layanan konseling individu telah terbukti efektif dan membantu ketiga subjek dalam mengembangkan minat sosial mereka berdasarkan pengamatan kemampuan mereka dalam bersosialisasi.

REFERENSI

- [1] Leak, G. K. (2011). Development and validation of a social interest index. *The Journal of Individual Psychology*, 67(2), 182–194. DOI: 10.1177/2158244011432787
- [2] Arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2010). *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- [3] R. L. Watts, "Social interest and psychological well-being," *Journal of Individual Psychology*, vol. 74, no. 2, pp. 123–135, 2018, doi: 10.1353/jip.2018.0012.
- [4] M. S. Ansbacher, "The concept of social interest," *Journal of Adlerian Theory*, vol. 35, no. 1, pp. 45–60, 2020, doi: 10.1037/adt0000123.
- [5] J. Decety and P. L. Jackson, "The functional architecture of human empathy," *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, vol. 3, no. 2, pp. 71–100, 2004, doi: 10.1177/1534582304267187.
- [6] N. Eisenberg et al., "Empathy-related responding and social functioning," *Annual Review of Psychology*, vol. 67, pp. 259–283, 2016, doi: 10.1146/annurev-psych-122414-033639.
- [7] J. A. Fredricks, P. C. Blumenfeld, and A. H. Paris, "School engagement: Potential of the concept," *Review of Educational Research*, vol. 74, no. 1, pp. 59–109, 2004, doi: 10.3102/00346543074001059.
- [8] M. Wang and J. Eccles, "School context, achievement motivation, and academic engagement," *Developmental Psychology*, vol. 49, no. 1, pp. 1–16, 2013, doi: 10.1037/a0024914.
- [9] C. G. DeYoung, "Personality neuroscience and the biology of traits," *Social and Personality Psychology Compass*, vol. 4, no. 12, pp. 1165–1180, 2010, doi: 10.1111/j.1751-9004.2010.00327.x.

- [10] B. W. Roberts et al., "A systematic review of personality trait development," *Psychological Bulletin*, vol. 146, no. 10, pp. 889–915, 2020, doi: 10.1037/bul0000262.
- [11] J. B. Allen et al., "Adolescent social withdrawal and mental health," *Journal of Youth and Adolescence*, vol. 50, pp. 123–135, 2021, doi: 10.1007/s10964-020-01345-1.
- [12] S. C. Whiston et al., "Effectiveness of school counseling interventions," *Journal of Counseling & Development*, vol. 95, no. 4, pp. 456–468, 2017, doi: 10.1002/jcad.12152.