

Dampak Kepribadian Mahasiswa KPI-D dalam Berinteraksi Sosial di Lingkungan Fakultas Dakwah

Ainul Mardiyah ^{1*}, Siti Nurwahidah Lubis ², Shandy Viona Br Sebayang ³, Rizky Andriansyah ⁴

¹⁻⁴ Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Alamat : Jalan William Iskandar, Ps. V, Medan Estate, Sumatera Utara,

Korespondensi penulis : ainulmardiyah@uinsu.ac.id ^{1*}, shandy101242136@uinsu.co.id ²,
siti101242129@uinsu.co.id ³, rizky101242142@uinsu.co.id ⁴

Abstract, *This study aims to examine the impact of personality types—introvert, extrovert, and ambivert—on the social interaction abilities of KPI-D students within the Faculty of Da'wah and Communication. Social interaction is a crucial aspect of campus life, yet personality differences often create challenges in communication and social adaptation. Using interview methods with six respondents representing different personality types, the research found that introverted students tend to face difficulties in engaging in social activities, while extroverted students easily socialize but may lose academic focus. Ambivert students demonstrate flexibility, yet sometimes struggle with indecision in social situations. The study highlights the importance of developing social skills tailored to each personality type and fostering an inclusive, tolerant campus environment. These findings are expected to contribute to strategies for improving communication and social development among students.*

Keywords: *ambivert, da'wah, extrovert, introvert, personality, social interaction, students*

Abstrak Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak tipe kepribadian—introvert, ekstrovert, dan ambivert—terhadap kemampuan interaksi sosial mahasiswa KPI-D di lingkungan Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Interaksi sosial merupakan aspek penting dalam kehidupan kampus, namun perbedaan kepribadian kerap menimbulkan tantangan, baik dalam hal komunikasi maupun adaptasi sosial. Dengan menggunakan metode wawancara terhadap enam responden dari berbagai tipe kepribadian, penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa introvert cenderung mengalami kesulitan dalam aktivitas sosial, sementara mahasiswa ekstrovert lebih mudah berbaur namun berisiko kehilangan fokus akademik. Mahasiswa ambivert menunjukkan fleksibilitas, namun terkadang mengalami kebingungan dalam menentukan sikap sosial. Penelitian ini menyarankan perlunya pendekatan yang mendukung perkembangan kemampuan sosial berdasarkan tipe kepribadian masing-masing, serta pentingnya menciptakan lingkungan kampus yang inklusif dan toleran terhadap perbedaan. Temuan ini diharapkan dapat membantu pengembangan strategi komunikasi dan pembinaan sosial di kalangan mahasiswa.

Kata Kunci : ambivert, dakwah, ekstrovert, interaksi sosial, introvert, kepribadian, mahasiswa.

1. PENDAHULUAN

Interaksi sosial merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia sebagai makhluk sosial. Melalui interaksi, individu dapat membentuk hubungan, menyampaikan pikiran, dan menyesuaikan diri dalam berbagai lingkungan. Namun, cara seseorang berinteraksi sangat dipengaruhi oleh kepribadian yang dimilikinya.

Secara umum, kepribadian manusia dapat dikategorikan menjadi tiga tipe utama: introvert, ekstrovert, dan ambivert. Introvert cenderung menyukai ketenangan dan interaksi terbatas, ekstrovert lebih aktif dan energik dalam situasi sosial, sementara ambivert berada di antara keduanya dengan kemampuan menyesuaikan diri. Perbedaan karakter ini memengaruhi bagaimana seseorang merespons, berkomunikasi, dan menjalin hubungan dengan orang lain.

Memahami bagaimana tiap tipe kepribadian berperan dalam interaksi sosial sangat penting, terutama dalam menciptakan lingkungan yang saling menghargai perbedaan. Oleh karena itu, makalah ini akan mengkaji dinamika interaksi sosial dari sudut pandang tiga tipe kepribadian tersebut sebagai upaya memperdalam pemahaman terhadap perilaku sosial manusia.

Permasalahan yang sering muncul dari dampak kepribadian mahasiswa dalam berinteraksi sosial di lingkungan kampus adalah kurangnya kemampuan adaptasi bagi mahasiswa yang memiliki kepribadian introvert. Mahasiswa dengan tipe kepribadian ini cenderung tertutup dan kurang nyaman dalam menjalin komunikasi atau bergabung dalam kegiatan sosial, sehingga mereka lebih sering menyendiri dan sulit membangun relasi yang luas. Akibatnya, partisipasi mereka dalam organisasi, diskusi kelompok, atau kegiatan kampus lainnya menjadi terbatas. Hal ini dapat menghambat perkembangan soft skill serta mengurangi kesempatan mereka untuk memperluas jaringan pertemanan dan pengalaman sosial yang penting bagi kehidupan akademik maupun profesional di masa depan.

Sebaliknya, mahasiswa dengan kepribadian ekstrovert mungkin menghadapi tantangan dalam menjaga keseimbangan antara interaksi sosial dan fokus akademik. Mereka yang terlalu aktif bersosialisasi kadang mengabaikan kewajiban kuliah, seperti tugas atau jadwal belajar, karena lebih memprioritaskan pertemanan dan kegiatan luar kelas. Selain itu, karakter yang terlalu dominan atau ekspresif dalam interaksi bisa memunculkan konflik atau kesalahpahaman dengan teman-teman yang berbeda kepribadian. Sementara itu, mahasiswa ambivert yang memiliki keseimbangan antara sifat introvert dan ekstrovert justru bisa mengalami kebingungan dalam menentukan sikap yang tepat di situasi tertentu. Ketidakpastian ini dapat menyebabkan ambivert merasa tidak konsisten atau sulit menemukan identitas sosialnya di tengah dinamika kampus. Kombinasi berbagai tipe kepribadian ini dapat menciptakan konflik, kesenjangan komunikasi, dan tantangan dalam menciptakan suasana sosial kampus yang harmonis jika tidak diiringi dengan pemahaman dan toleransi yang cukup. Dengan demikian, perbedaan kepribadian dapat menimbulkan dinamika sosial yang kompleks dan membutuhkan kesadaran serta keterampilan sosial yang baik agar tidak menimbulkan hambatan dalam kehidupan kampus.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur terhadap enam mahasiswa Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI-D) di Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Para responden dipilih secara purposive berdasarkan variasi tipe kepribadian, yaitu dua mahasiswa introvert, dua ekstrovert, dan dua ambivert.

Wawancara difokuskan pada pengalaman pribadi mahasiswa dalam berinteraksi sosial di lingkungan kampus, termasuk tantangan yang dihadapi serta strategi mereka dalam menyesuaikan diri. Data hasil wawancara kemudian dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola-pola umum dalam cara masing-masing tipe kepribadian berinteraksi sosial.

Validitas data diperkuat dengan triangulasi sumber, yakni membandingkan tanggapan antar responden dengan tipe kepribadian yang sama dan berbeda. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara kepribadian dan dinamika interaksi sosial mahasiswa.

3. PEMBAHASAN

Pengertian Komunikasi

Pengertian Komunikasi

Komunikasi adalah proses dinamis di mana individu atau kelompok saling bertukar informasi, ide, emosi, atau pesan melalui simbol, tanda, atau sistem bahasa yang dipahami bersama. Proses ini tidak hanya sekadar penyampaian pesan, tetapi juga melibatkan penciptaan makna, interpretasi, dan pemahaman bersama antara pihak yang terlibat. Komunikasi menjadi fondasi interaksi manusia, baik dalam konteks personal, profesional, sosial, maupun budaya

Komunikasi Sebagai Simbol

Komunikasi tidak hanya sekadar pertukaran kata atau gerakan, tetapi juga proses penggunaan simbol untuk menciptakan makna. Simbol adalah representasi abstrak dari ide, objek, perasaan, atau konsep yang disepakati oleh suatu kelompok atau budaya. Tanpa simbol, manusia tidak dapat menyampaikan gagasan kompleks, membangun peradaban, atau berinteraksi secara efektif. Ada beberapa ciri-ciri simbolnya:

Abstrak: Tidak memiliki hubungan langsung dengan objek yang diwakilinya. Contoh: Kata "cinta" tidak memiliki bentuk fisik, tetapi mewakili emosi kompleks.

Konvensional: Maknanya disepakati oleh kelompok atau budaya tertentu. Contoh: Bendera putih sebagai simbol perdamaian.

Fleksibel: Makna bisa berubah tergantung konteks dan interpretasi. Contoh: Simbol swastika dalam budaya Hindu vs. sejarah Nazi

Jenis Komunikasi

Adapun beberapa jenis komunikasi yaitu sebagai berikut:

1. Komunikasi Verbal adalah bentuk komunikasi yang menggunakan kata-kata, baik secara lisan (ucapan) maupun tulisan. Contohnya: berbicara, berdiskusi, menulis surat, atau mengirim pesan teks.
2. Komunikasi Nonverbal adalah bentuk komunikasi yang tidak menggunakan kata-kata, melainkan gerakan tubuh, ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa isyarat, atau kontak mata. Contohnya: senyuman, anggukan kepala, atau sikap tubuh.
3. Komunikasi Interpersonal (Antarpribadi) adalah komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih dalam hubungan yang bersifat pribadi dan langsung. Contohnya: percakapan antara teman, guru dan murid, atau antara pasangan.
4. Komunikasi Kelompok adalah interaksi yang terjadi dalam kelompok kecil (seperti tim kerja, komunitas) untuk mencapai tujuan tertentu. Biasanya melibatkan diskusi, tukar pendapat, dan kerja sama.
5. Komunikasi Organisasi terjadi dalam lingkungan organisasi dan mencakup hubungan antara anggota organisasi baik secara formal maupun informal. Contohnya: rapat kerja, memo, atau email resmi.
6. Komunikasi Massa adalah komunikasi yang ditujukan kepada khalayak luas melalui media massa seperti televisi, radio, surat kabar, atau media sosial. Komunikasi ini biasanya bersifat satu arah.
7. Komunikasi Intrapersonal adalah komunikasi yang terjadi dalam diri sendiri, seperti berpikir, merenung, atau menilai diri sendiri. Ini membantu dalam pengambilan keputusan dan refleksi pribadi..

Pengertian Sikap

Sikap adalah kecenderungan atau disposisi psikologis seseorang untuk merespons secara positif, negatif, atau netral terhadap suatu objek, ide, orang, atau situasi. Sikap terbentuk melalui pengalaman, pembelajaran, dan pengaruh lingkungan, serta memengaruhi perilaku, persepsi, dan cara seseorang berinteraksi dengan dunia sekitar. Kesalahan komunikasi sering terjadi karena kurangnya kesadaran akan perbedaan persepsi, budaya, atau hambatan teknis. Dengan memahami penyebabnya, kita bisa mengembangkan strategi untuk meminimalkan risiko miskomunikasi dan membangun interaksi yang lebih efektif yang Terjadi permasalahan komunikasi di orang orang yang memiliki kepribadian yang berbeda.

Permasalahan komunikasi antar kepribadian merupakan tantangan yang muncul ketika individu dengan tipe kepribadian berbeda, seperti introvert, ekstrovert, dan ambivert, terlibat dalam interaksi sosial. Setiap tipe kepribadian memiliki preferensi komunikasi yang unik, baik dalam cara menyampaikan pesan, menerima informasi, maupun dalam intensitas interaksi yang

dibutuhkan. Misalnya, introvert cenderung lebih nyaman dengan komunikasi yang tenang dan reflektif, sedangkan ekstrovert lebih menyukai interaksi spontan dan terbuka. Sementara itu, ambivert dapat beradaptasi dengan keduanya, tetapi tetap memiliki batas-batas tertentu yang sering kali disalahpahami oleh kedua ekstrem tersebut.

Penyebab atau faktor terjadinya seseorang itu sulit untuk berinteraksi sosial

Adapun hasil penelitian dari kami kelompok 7 yang telah kami lakukan, kami mengambil 6 responden, banyak dari mahasiswa yang ada di kelas KPI-D Semester II Fakultas Dakwah Dan Komunikasi, berikut data diri dari 6 narasumber yang kami wawancarai :

No	Nama	Instansi	Jurusan	Semester	Kepribadian
1	Dea Ananda	UINSU	KPI D	II	Introvert
2	Rafi Salim	UINSU	KPI D	II	Introvert
3	Julia Siagian	UINSU	KPI D	II	Ekstrovert
4	Rangga Ditya	UINSU	KPI D	II	Ekstrovert
5	Cantika Nabila	UINSU	KPI D	II	Ambivert
6	Nayla aurahmadhani	UINSU	KPI D	II	Ambivert

1. Menurut Dea Ananda : Kurangnya Rasa Percaya Diri. Penyebab Seseorang yang tidak percaya diri biasanya merasa minder, takut berbicara, takut dihakimi, dan sering membandingkan dirinya dengan orang lain. Ini membuatnya enggan untuk memulai percakapan atau terlibat dalam kegiatan sosial.
2. Menurut Rafi Salim : Pengalaman Buruk di Masa Lalu (Trauma Sosial). Penyebab Pengalaman seperti dirundung (bullying), ditolak dalam pergaulan, atau pernah dipermalukan di depan umum bisa menyebabkan ketakutan untuk bersosialisasi kembali.
3. Julia Siagian : Kepribadian Introvert atau Pemalu. Penyebab Beberapa orang secara alami lebih nyaman dalam situasi yang tenang dan cenderung merasa canggung dalam percakapan sosial. Mereka juga cepat merasa lelah setelah banyak berinteraksi.
4. Menurut Rangga Ditya : Kurangnya Keterampilan Komunikasi. Penyebab Tidak tahu cara menyampaikan pendapat, tidak bisa membaca bahasa tubuh lawan bicara, atau sering berbicara tanpa memperhatikan perasaan orang lain membuat interaksi sosial jadi kaku.

5. Menurut Cantika Nabila : Lingkungan Tidak Mendukung atau Tidak Ramah. Penyebab Jika seseorang berada dalam lingkungan yang suka mengejek, menilai, atau tidak terbuka, maka ia akan merasa tidak aman untuk mengekspresikan diri.
6. Menurut Nayla Aurahmadhani : Gangguan Psikologis seperti Anxiety atau Depresi. Penyebab Kondisi mental seperti gangguan kecemasan sosial atau depresi membuat penderitanya merasa takut berlebihan, cemas, bahkan merasa tidak layak untuk berinteraksi.

Kesimpulan ataupun solusi yang kami ambil dari para responden, ialah :

Untuk mengatasi kesulitan dalam berinteraksi sosial pada dasarnya berfokus pada pengembangan diri, perbaikan lingkungan sosial, dan dukungan psikologis. Setiap individu perlu mulai dari mengenali penyebab internal (seperti kurang percaya diri atau trauma masa lalu), lalu mengembangkan keterampilan komunikasi secara bertahap. Di sisi lain, penting juga untuk mencari atau menciptakan lingkungan sosial yang positif dan suportif, agar proses adaptasi menjadi lebih nyaman. Bila hambatan sosial disebabkan oleh gangguan psikologis seperti kecemasan sosial atau depresi, maka pendekatan profesional melalui terapi dan konseling menjadi kunci utama. Dengan kombinasi usaha pribadi dan dukungan lingkungan, seseorang dapat membangun kemampuan bersosialisasi secara lebih sehat dan percaya diri.

Alasan yang menjadikan mahasiswa memiliki tipe kepribadian Introvert, Ekstrovert, dan Ambivert

Berdasarkan dari hasil wawancara ada beberapa tanggapan mereka dari yang mereka alami masing-masing tentang Introvert Ekstrovert dan Ambivert :

No	Nama		
	Jenis kepribadian		
	Ekstrovert	Introvert	Ambivert
1	Rangga: “Saya suka berada di lingkungan yang ramai karena di situlah saya merasa hidup. Saya mudah bersosialisasi, senang berbicara, dan bergaul dengan banyak orang.	Dea: “Saya lebih nyaman ketika melakukan aktivitas sendirian, seperti membaca atau menulis. Lingkungan yang tenang membuat saya bisa berpikir lebih jernih	Cantika: “Saya merasa memiliki dua sisi. Di satu sisi, saya suka waktu menyendiri untuk berpikir dan merenung. Tapi di sisi lain, saya juga senang bersosialisasi dan berdiskusi. Saya bisa menyesuaikan diri dengan

	Menurut saya, bertemu teman-teman baru itu menyenangkan dan menambah semangat.”	dan mendalami suatu hal dengan lebih fokus. Berada di tengah keramaian justru membuat saya cepat lelah secara emosional.”	situasi, tergantung kondisi dan lingkungan.”
2	Julia: “Saya merasa paling nyaman saat berbicara, berdiskusi, dan tertawa bersama orang lain. Energi saya meningkat saat bersama teman-teman. Saya cenderung spontan dan terbuka dalam mengungkapkan pikiran maupun perasaan.”	Rafi: “Saya sering merasa tidak nyaman ketika harus berbicara di depan banyak orang. Saya lebih suka mendengarkan daripada berbicara. Interaksi sosial terlalu lama membuat saya merasa lelah, jadi saya lebih suka menghabiskan waktu di ruang pribadi.”	Nayla: “Saya bisa nyaman dalam suasana yang ramai maupun saat sendiri. Kalau sedang ingin tenang, saya memilih menyendiri. Tapi kalau sedang butuh semangat, saya akan mencari teman untuk ngobrol atau berkegiatan bersama. Jadi saya merasa berada di tengah-tengah.”

Tipe Kepribadian Introvert dalam Interaksi Sosial.

1. Menurut Rafi Salim Parinduri:

Rafi menganggap menjadi introvert membuatnya lebih fokus, teliti, dan mandiri dalam belajar. Ia merasa lebih nyaman bekerja sendiri, menghindari tekanan sosial, dan cenderung mengamati dulu sebelum berinteraksi. Meskipun berbicara di depan umum menegangkan, ia mengatasinya dengan persiapan matang.

2. Menurut Dea Ananda Hariadi:

Dea melihat introvert sebagai kepribadian yang peka, hati-hati, dan selektif dalam bersosialisasi. Ia lebih produktif saat bekerja sendiri dan cepat lelah dalam keramaian.

Walau sulit memulai percakapan, ia tetap berusaha beradaptasi jika diperlukan, terutama dalam situasi yang sesuai minatnya.

Solusi kami tentang masalah yang mereka alami tentang Introvert ialah untuk mengatasi masalah yang dialami Rafi dan Dea sebagai individu introvert adalah dengan membangun kepercayaan diri melalui latihan bertahap, seperti berbicara di kelompok kecil atau berlatih presentasi secara rutin. Mereka juga dapat memilih lingkungan sosial yang sesuai dengan minat untuk mempermudah adaptasi dan mengurangi tekanan saat bersosialisasi. Selain itu, penting bagi mereka untuk menjaga keseimbangan antara waktu sendiri dan waktu bersama orang lain agar tidak cepat lelah secara mental. Dengan pendekatan ini, keduanya tetap bisa berkembang secara sosial tanpa harus mengubah jati diri mereka sebagai introvert.

Tipe Kepribadian Ekstrovert dalam Interaksi Sosial

1. Menurut Julia Siagian:

Bagi Julia, menjadi ekstrovert adalah kekuatan karena ia mudah berbaur, aktif berdiskusi, dan senang mencoba hal baru. Ia merasa energinya justru bertambah saat berinteraksi sosial, dan itu membantunya berkembang serta memperluas relasi di lingkungan kampus.

2. Menurut Rangga Aditya Prayogo:

Rangga melihat kepribadian ekstrovertnya sebagai modal untuk menjadi lebih berani, terbuka, dan cepat membangun koneksi. Ia menikmati perhatian, suka tantangan sosial, dan merasa lebih hidup saat terlibat aktif dalam berbagai kegiatan atau organisasi kampus.

Solusi kami dari masalah yang mereka alami tentang Ekstrovert ialah. Meskipun Julia dan Rangga memiliki kepribadian ekstrovert yang memberi banyak keunggulan sosial, mereka tetap perlu mengelola energi dan menjaga keseimbangan agar tidak terlalu bergantung pada stimulasi eksternal. Solusinya adalah dengan melatih kemampuan mendengarkan secara aktif, memberi ruang bagi orang lain untuk berbicara, serta menyisihkan waktu untuk refleksi diri agar tidak kehilangan arah dalam kesibukan sosial. Selain itu, penting bagi mereka untuk mengenali batasan agar tidak kelelahan akibat terlalu banyak aktivitas dan tetap mampu menjaga kualitas hubungan interpersonal, bukan hanya kuantitasnya.

Tipe Kepribadian Ambivert dalam Interaksi Sosial.

1. Menurut Cantika:

Menurut Cantika, menjadi ambivert memberinya kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai situasi. Ia bisa bekerja sendiri maupun dalam tim, tergantung kebutuhan, dan merasa nyaman bergaul dengan berbagai tipe orang. Fleksibilitas ini membantunya beradaptasi di lingkungan kampus yang dinamis.

2. Menurut Nayla:

Bagi Nayla, ambivert adalah keseimbangan yang membuatnya bisa aktif saat dibutuhkan, namun juga tahu kapan harus tenang. Ia tidak memaksakan diri dalam situasi sosial, tapi mampu berinteraksi dengan baik saat suasananya mendukung. Ini membantunya tetap nyaman dan produktif di kampus.

Solusi kami dari maslaah yang mereka alami tentang kepribadian Ambivert ialah, Cantika dan Nayla sebagai ambivert memiliki kelebihan dalam fleksibilitas sosial, namun tantangannya adalah menjaga keseimbangan antara kebutuhan untuk bersosialisasi dan waktu untuk diri sendiri. Solusinya adalah dengan mengenali sinyal kelelahan sosial maupun kebutuhan untuk lebih aktif, lalu mengatur jadwal kegiatan secara seimbang agar tidak terjebak dalam tekanan lingkungan. Mereka juga perlu menetapkan batas pribadi yang jelas agar tidak merasa kewalahan saat harus menyesuaikan diri terus-menerus, serta melatih konsistensi dalam mengambil peran, baik saat bekerja mandiri maupun dalam tim, agar tetap stabil dan tidak mudah goyah oleh situasi.

Solusi Tentang Kepribadian Seseorang Sulit Berinteraksi Sosial

- a. Menurut Dea Ananda : Mengenali dan Menerima Kepribadian Diri Sendiri
- b. Seseorang harus terlebih dahulu memahami dan menerima kepribadiannya, apakah introvert, pemalu, atau memiliki kecemasan sosial. Penerimaan diri menjadi langkah awal untuk membangun rasa percaya diri dalam bersosialisasi.
- c. Menurut Rafi Salim : Melatih Kemampuan Komunikasi Secara Bertahap
- d. Kesulitan berinteraksi dapat diatasi dengan latihan komunikasi secara perlahan, seperti mulai menyapa teman, ikut diskusi kecil, atau berbicara di forum yang nyaman. Semakin sering berlatih, semakin terbiasa dan percaya diri.
- e. Menurut Julia Siagian : Mencari Lingkungan yang Aman dan Mendukung Berinteraksi akan lebih mudah jika berada di lingkungan yang tidak menghakimi, suportif, dan terbuka. Bergabung dengan komunitas yang sesuai minat atau hobi dapat menjadi cara aman untuk memulai interaksi.
- f. Menurut Rangga Ditya : Mengelola Rasa Cemas dan Negatif Thinking

- g. Banyak orang sulit berinteraksi karena takut salah bicara atau dinilai buruk. Solusinya adalah mengelola pikiran negatif dengan teknik relaksasi, afirmasi positif, atau bantuan konseling jika diperlukan.
- h. Menurut Cantika : Belajar dari Orang yang Lebih Terampil dalam Bersosialisasi
- i. Mengamati dan meniru cara orang lain berinteraksi bisa menjadi pelajaran berharga. Berteman dengan orang yang ramah dan komunikatif bisa membantu membuka diri secara perlahan.
- j. Menurut Nayla Aurahmadhani : Mencoba Keluar dari Zona Nyaman Secara Terukur
- k. Keluar dari kebiasaan menyendiri bisa dilakukan secara bertahap, misalnya ikut kegiatan kampus, organisasi, atau diskusi kelompok. Tidak perlu memaksa, cukup lakukan perlahan agar tidak merasa terbebani.

Solusi kami bagi seseorang yang memiliki kepribadian sulit berinteraksi adalah dengan memulai dari mengenali dan menerima diri sendiri terlebih dahulu, lalu secara perlahan melatih kemampuan komunikasi dalam lingkungan yang aman dan mendukung. Mereka dapat mencoba ikut dalam kegiatan sosial yang sesuai dengan minat untuk membangun kenyamanan secara bertahap, tanpa tekanan untuk langsung mahir bersosialisasi. Selain itu, penting untuk mengelola rasa cemas atau takut dinilai dengan cara berpikir positif dan memberi ruang pada diri untuk berkembang secara alami. Dengan konsistensi dan dukungan lingkungan, kemampuan interaksi sosial akan tumbuh seiring waktu.

4 KESIMPULAN

Kepribadian manusia merupakan suatu spektrum yang luas dan kompleks, yang secara umum dapat dikategorikan ke dalam tiga tipe utama: introvert, ekstrovert, dan ambivert. Masing-masing tipe memiliki ciri khas yang membedakan satu sama lain, baik dalam cara memperoleh energi, berinteraksi dengan lingkungan sosial, maupun dalam cara berpikir dan memproses informasi.

Introvert cenderung fokus pada dunia batin dan lebih nyaman dalam suasana yang tenang. Sebaliknya, ekstrovert mendapatkan energi dari dunia luar melalui aktivitas sosial yang aktif dan terbuka. Sementara itu, ambivert berada di antara keduanya, dengan kemampuan menyesuaikan diri secara fleksibel tergantung pada situasi dan kebutuhan.

Dalam perspektif psikologi, tidak ada satu tipe kepribadian yang lebih baik daripada yang lain. Ketiganya memiliki kelebihan dan tantangan masing-masing, serta memainkan peran penting dalam dinamika kehidupan pribadi maupun sosial. Memahami perbedaan ini dapat membantu individu dan masyarakat untuk menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan saling menghargai keragaman kepribadian.

DAFTAR PUSTAKA

- Boyd, D. & Ellison, N. B. (2007). "Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship." *Journal of Computer-Mediated Communication*.
- Cain, S. (2012). *Quiet: The Power of Introverts in a World That Can't Stop Talking*. Crown Publishing Group.
- Giddens, A. (2006). *Sociology*. Polity Press.
- Grant, A. (2013). *Give and Take: Why Helping Others Drives Our Success*. Viking.
- Jung, C. G. (1971). *Psychological Types*. Princeton University Press.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, Self, and Society*. University of Chicago Press. Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Anchor Books. Castells, M. (2009). *Communication Power*. Oxford University Press.