

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

<i>Informasi Artikel</i>	<i>Informasi Penulis</i>
<p>E-ISSN : 3110-7710 Volume 2 Nomor 1 Juni 2026 Hlm. 28 - 46</p>	<p>Yovan Bharagita Pratama Yovanbharagitapratama@gmail.com Universitas Muhammadiyah Aceh</p> <p>Sri Nurhayati Selian seliansrinurhayati@gmail.com Universitas Muhammadiyah Aceh</p>

Abstract

This study aimed to identify and describe the characteristics of social interactions among individuals with sanguine personality types. A qualitative approach with a descriptive design was employed. Three research subjects were selected through purposive sampling based on sanguine personality criteria. Data were collected through in-depth interviews, observation, and documentation, then analyzed using the Miles and Huberman model — comprising data reduction, data display, and conclusion drawing — with validity ensured through source and technique triangulation. The findings indicate that sanguine individuals exhibit communicative, expressive, sociable, and adaptive characteristics in social interactions. They demonstrate strong abilities in initiating conversations, building new relationships, and sustaining meaningful social bonds, alongside effective emotional management skills. However, tendencies toward unstructured communication and trivial conversations were also noted. Personality, family environment, and peer circles were identified as key influencing factors. This study contributes a nuanced, empirically grounded portrait of sanguine social interaction patterns, offering a novel qualitative perspective that enriches personality-based approaches in social psychology research.

Keywords: *Sanguine Personality, Social Interaction, Qualitative Research*

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

1. PENDAHULUAN

Interaksi sosial adalah elemen penting dalam kehidupan manusia yang sangat berpengaruh pada pembentukan hubungan antar individu dan kelompok. Setiap orang memiliki cara unik dalam berinteraksi, dan salah satu faktor utama yang mempengaruhinya adalah kepribadian. Dalam konteks ini, tipe kepribadian sanguinis menjadi subjek kajian yang signifikan karena ciri-cirinya yang khas dalam interaksi sosial.

Individu dengan tipe kepribadian sanguinis umumnya dikenal sebagai pribadi yang ekstrovert, ramah, ekspresif, percaya diri, dan mudah bergaul (Lutfi & Elfitriadi, 2023). Mereka cenderung aktif dalam berinteraksi sosial dan mampu menciptakan suasana yang hidup dalam lingkungan sosialnya. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu sanguinis memiliki kemampuan komunikasi yang baik serta jaringan hubungan sosial yang luas, didukung oleh tingginya kepercayaan diri dan keterbukaan dalam berinteraksi (Lutfi & Elfitriadi, 2023; Rahmaningtyas et al., 2021). Tipe kepribadian ini juga sering dikaitkan dengan keterlibatan aktif dalam aktivitas sosial dan kemampuan memengaruhi orang lain (Andrikhoa & Andrias Pujionob, 2022), serta dapat berkembang melalui pengaruh lingkungan sosial seperti interaksi dengan teman sebaya (Latifah, 2022).

Meskipun individu sanguinis dikenal mudah bersosialisasi, terdapat dinamika yang lebih kompleks dalam cara mereka membangun hubungan, mempertahankan komunikasi, dan menghadapi situasi sosial tertentu. Kajian terhadap individu berkepribadian sanguinis menunjukkan adanya ciri khas seperti ekspresif, emosional, dan responsif terhadap lingkungan sosialnya (Zahar & Ardinah, 2022). Namun, gambaran mendalam mengenai pola dan karakteristik interaksi sosial mereka dalam kehidupan nyata masih belum banyak dikaji secara kualitatif — inilah celah yang menjadi urgensi penelitian ini.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali secara mendalam pengalaman subjektif individu sanguinis dalam berinteraksi sosial, guna memperoleh pemahaman yang tidak dapat dijelaskan sepenuhnya melalui pendekatan kuantitatif. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan mengidentifikasi dan mendeskripsikan karakteristik interaksi sosial pada individu berkepribadian

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

sanguinis, sekaligus memberikan kontribusi pada pengembangan kajian psikologi kepribadian berbasis pendekatan kualitatif.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Interaksi Sosial

Interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik antara individu maupun antara individu dengan kelompok yang saling memengaruhi dalam kehidupan bermasyarakat. Melalui proses ini, individu dapat berkomunikasi, bekerja sama, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Interaksi sosial menjadi fondasi terbentuknya hubungan sosial yang bermakna dalam kehidupan sehari-hari.

Kualitas interaksi sosial setiap individu berbeda-beda dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya toleransi, penerimaan sosial, dan kepribadian. Aroma dan Selian (2026) menjelaskan bahwa cara individu membangun hubungan sosial dan memahami perbedaan sangat dipengaruhi oleh karakteristik kepribadian yang dimilikinya. Dengan demikian, kepribadian menjadi salah satu faktor penentu utama dalam membentuk pola interaksi sosial individu — yang menjadi fokus kajian penelitian ini.

2.2 Kepribadian

Kepribadian merupakan keseluruhan pola perilaku, sikap, emosi, dan cara berpikir yang menjadi ciri khas seseorang dan bersifat relatif menetap. Kepribadian berperan penting dalam menentukan cara individu berkomunikasi, menyesuaikan diri, dan membangun hubungan interpersonal. Andini dan Selian (2026) menegaskan bahwa setiap tipe kepribadian memiliki karakteristik yang berbeda dalam menghadapi situasi sosial, sehingga turut memengaruhi pola interaksi individu dengan orang lain.

Salah satu klasifikasi kepribadian yang banyak digunakan adalah teori Hippocrates-Galenus, yang membagi kepribadian menjadi empat tipe utama: sanguinis, koleris, melankolis, dan plegmatis. Kumala et al. (2022) menjelaskan bahwa setiap tipe kepribadian memiliki kecenderungan perilaku tertentu yang memengaruhi hubungan sosial individu dalam kehidupan sehari-hari. Lebih lanjut, Dede Rina et al. (2021) menyatakan bahwa tipe kepribadian juga memengaruhi kondisi psikologis individu, termasuk cara menghadapi tekanan, membangun

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

relasi, dan beradaptasi dengan lingkungan. Dalam konteks penelitian ini, fokus diarahkan pada tipe kepribadian sanguinis karena karakteristiknya yang paling erat kaitannya dengan dinamika interaksi sosial.

2.3 Tipe Kepribadian Sanguinis

Kepribadian sanguinis ditandai dengan sifat aktif, ceria, ekspresif, komunikatif, dan mudah bergaul. Individu sanguinis merasa nyaman berada di lingkungan sosial dan cenderung menjadi inisiator dalam membangun hubungan dengan orang lain. Kumala et al. (2022) menyebutkan bahwa individu sanguinis memiliki karakteristik penuh semangat, optimis, mudah beradaptasi, dan senang menjadi pusat perhatian dalam kelompok sosial.

Ramadhani dan Selian (2026) menjelaskan bahwa individu dengan kecenderungan ekstrovert yang sejalan dengan karakteristik sanguinis menunjukkan keterlibatan sosial yang tinggi, aktif dalam komunikasi, dan mampu membangun relasi sosial dengan lebih cepat. Meskipun demikian, individu sanguinis juga memiliki kelemahan seperti mudah bosan, kurang konsisten, dan terkadang bertindak spontan tanpa pertimbangan mendalam. Pemahaman atas kekuatan dan kelemahan ini penting untuk memahami bagaimana kepribadian sanguinis termanifestasi dalam pola interaksi sosial sehari-hari.

2.4 Karakteristik Interaksi Sosial Individu Sanguinis

Sebagai tipe kepribadian yang berorientasi sosial, individu sanguinis memiliki karakteristik interaksi sosial yang khas. Kemampuan komunikasi interpersonal menjadi keunggulan utama mereka mudah memulai percakapan, terbuka dalam mengekspresikan diri, dan aktif dalam diskusi kelompok. Ramadhani dan Selian (2026) menjelaskan bahwa individu dengan karakteristik ekstrovert lebih mudah membangun komunikasi sosial karena memiliki rasa percaya diri dan keterbukaan yang tinggi.

Selain itu, fleksibilitas dan kemampuan adaptasi menjadi karakteristik menonjol lainnya. Kumala et al. (2022) menyebutkan bahwa individu sanguinis cenderung cepat beradaptasi dan mampu menciptakan hubungan sosial yang positif. Aroma dan Selian (2026) menambahkan bahwa keterbukaan individu terhadap lingkungan sosial turut memengaruhi cara mereka memahami orang lain dan membangun hubungan yang harmonis.

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

Faktor lingkungan juga berperan dalam membentuk pola interaksi sosial individu sanguinis. Avandri et al. (2023) menyatakan bahwa lingkungan keluarga, pertemanan, dan pengalaman sosial memiliki peran penting dalam perkembangan perilaku sosial dan pembentukan karakter individu. Dengan demikian, karakteristik interaksi sosial individu sanguinis merupakan hasil dari perpaduan antara disposisi kepribadian bawaan dan pengaruh lingkungan sosial yang membentuknya.

2.5 Studi Kualitatif dalam Penelitian Interaksi Sosial

Karakteristik interaksi sosial merupakan fenomena yang kompleks, subjektif, dan tidak dapat sepenuhnya diungkap melalui data numerik semata. Varalisyah dan Selian (2026) menegaskan bahwa kompleksitas interaksi sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kepribadian, lingkungan, pengalaman sosial, dan kemampuan komunikasi, sehingga pendekatan kualitatif menjadi pilihan yang tepat untuk mengkajinya secara mendalam.

Dengan menggunakan metode kualitatif, peneliti dapat menjelajahi pengalaman subjektif individu sanguinis dalam membangun hubungan sosial, menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, dan menghadapi berbagai situasi sosial. Pendekatan ini membuat peneliti bisa mendapatkan gambaran yang lebih mendalam dan kontekstual tentang pola interaksi sosial individu sanguinis; hal ini tidak dapat dicapai hanya dengan pendekatan kuantitatif.

3. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena karakteristik interaksi sosial individu sanguinis merupakan fenomena yang bersifat subjektif dan kontekstual, sehingga memerlukan eksplorasi mendalam terhadap pengalaman dan makna yang dibangun individu dalam kehidupan sosialnya (Dede Rina et al., 2021).

3.1 Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian kualitatif deskriptif ini bertujuan mendeskripsikan karakteristik interaksi sosial individu berkepribadian sanguinis berdasarkan perspektif subjek penelitian. Pendekatan ini menekankan pemahaman perilaku sosial secara kontekstual (Murtinasari & Lutfiyah, 2022). Pemilihan subjek dilakukan secara purposive sampling untuk memastikan partisipan memiliki karakteristik yang

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

relevan dengan fokus penelitian. Khalefa dan Selian (2021) menjelaskan bahwa penggunaan non-random sampling dalam penelitian kualitatif membantu peneliti memperoleh informasi yang spesifik dan komprehensif sesuai fenomena yang dikaji.

3.2 Subjek Penelitian

Subjek penelitian terdiri dari tiga responden yang memiliki kecenderungan kepribadian sanguinis, yaitu Responden D (18 tahun, pelajar), Responden P (23 tahun, mahasiswi), dan Responden T (22 tahun, mahasiswi sekaligus anggota Polri). Ketiga responden dipilih berdasarkan kriteria tertentu, meliputi sifat komunikatif, mudah bergaul, serta aktif dalam interaksi sosial. Pemilihan subjek berdasarkan tipe kepribadian dilakukan karena kepribadian memiliki pengaruh terhadap perilaku individu dalam berbagai konteks sosial, termasuk cara berkomunikasi, membangun relasi, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar (Effend et al., 2023; Pamungkas & Siswanto, 2021).

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga teknik yang saling melengkapi guna memperoleh gambaran yang menyeluruh mengenai karakteristik interaksi sosial individu dengan kepribadian sanguinis. Teknik pertama yaitu wawancara mendalam (in-depth interview) semi-terstruktur yang digunakan untuk menggali pengalaman, pandangan, serta pola interaksi sosial yang dimiliki oleh masing-masing responden. Teknik kedua adalah observasi, yang dilakukan untuk mengamati secara langsung perilaku sosial responden dalam lingkungan nyata. Selanjutnya, teknik dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan maupun rekaman hasil wawancara. Penggunaan ketiga teknik tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam merespons dan mengekspresikan pengalamannya (Hastari et al., 2022), sehingga diperlukan sumber data yang beragam agar hasil penelitian lebih mendalam dan akurat.

3.4 Instrumen Penelitian

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri (human instrument) yang berperan aktif dalam pengumpulan dan analisis data. Instrumen pendukung meliputi pedoman wawancara, alat perekam, dan catatan lapangan.

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

Penggunaan instrumen ini dirancang untuk menangkap variasi pola interaksi sosial berdasarkan karakteristik kepribadian subjek (Kumala et al., 2022; Mar et al., 2021).

3.5 Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang terdiri atas tiga tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap reduksi data, peneliti memilih, memfokuskan, dan menyederhanakan data yang relevan dengan fokus penelitian. Tahap selanjutnya adalah penyajian data, yaitu menyusun data dalam bentuk narasi deskriptif agar lebih mudah dipahami dan dianalisis. Setelah itu dilakukan penarikan kesimpulan dengan mengidentifikasi pola, makna, serta karakteristik interaksi sosial berdasarkan data yang telah terkumpul. Model analisis ini dipilih karena mampu menangkap dinamika dan karakteristik perilaku sosial individu secara sistematis dan mendalam (Dewiyana et al., 2021).

3.6 Keabsahan Data

Keabsahan data dalam penelitian ini dijamin melalui dua bentuk triangulasi, yaitu triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari ketiga responden, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selain itu, faktor lingkungan seperti keluarga dan pertemanan turut diperhatikan sebagai konteks yang memengaruhi pembentukan pola interaksi sosial individu (Avandri et al., 2023). Dengan demikian, keabsahan data tidak hanya dilihat dari konsistensi antar teknik pengumpulan data, tetapi juga dari kesesuaiannya dengan konteks kehidupan sosial masing-masing responden.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

4.1 Pentingnya Interaksi Sosial dalam Kehidupan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden memandang interaksi sosial sebagai kebutuhan mendasar dalam kehidupan manusia. Responden D menyampaikan bahwa *"hubungan baik dengan orang lain harus dijaga karena manusia itu makhluk sosial."* Pernyataan tersebut menunjukkan adanya kesadaran akan pentingnya relasi interpersonal dalam kehidupan sehari-

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

hari. Sejalan dengan itu, Responden P menyatakan bahwa *"komunikasi adalah kunci utama dalam bersosialisasi,"* sedangkan Responden T mengungkapkan bahwa *"bersosialisasi membuat kehidupan sehari-hari menjadi lebih mudah."*

Temuan ini menunjukkan bahwa individu dengan kepribadian sanguinis memiliki kesadaran sosial yang tinggi serta motivasi intrinsik yang kuat untuk membangun dan mempertahankan hubungan sosial. Interaksi sosial tidak hanya dipandang sebagai kebutuhan komunikasi semata, tetapi juga sebagai sarana untuk memperoleh dukungan sosial, menciptakan rasa nyaman, dan memperluas pengalaman hidup. Sikap terbuka yang dimiliki responden memperlihatkan bahwa hubungan sosial menjadi bagian penting dalam pembentukan identitas diri dan keberfungsian mereka di lingkungan masyarakat. Hal tersebut juga memperkuat karakteristik individu sanguinis yang cenderung aktif, mudah bergaul, dan menikmati keterlibatan sosial dalam kehidupan sehari-hari.

4.2 Kemampuan Memulai dan Menjalinkan Percakapan

Seluruh responden menunjukkan kemampuan yang baik dalam memulai dan menjalinkan percakapan dengan orang lain. Responden D menjelaskan bahwa dirinya menyesuaikan topik pembicaraan berdasarkan situasi dan kondisi lingkungan. Responden P menyatakan bahwa *"saya biasanya menyapa terlebih dahulu lalu melihat respons lawan bicara,"* sedangkan Responden T mengungkapkan bahwa *"saya sering memulai obrolan dari hal ringan seperti asal daerah atau hobi."*

Hasil tersebut menunjukkan bahwa ketiga responden secara konsisten mengambil peran sebagai inisiator dalam interaksi sosial. Strategi komunikasi yang digunakan juga bersifat kontekstual dan fleksibel sehingga mempermudah terbentuknya hubungan interpersonal yang positif. Kemampuan memulai percakapan dengan cara yang santai dan adaptif menunjukkan adanya rasa percaya diri serta keterampilan komunikasi interpersonal yang baik. Selain itu, kemampuan membaca situasi sosial dan menyesuaikan pendekatan komunikasi menjadi faktor penting yang membantu responden diterima dalam berbagai kelompok sosial. Hal ini memperlihatkan bahwa individu sanguinis memiliki kecenderungan untuk menciptakan suasana interaksi yang hangat dan nyaman bagi orang lain.

4.3 Kemampuan Beradaptasi dan Bergaul dengan Orang Baru

Berdasarkan hasil wawancara, seluruh responden mengaku tidak mengalami kesulitan dalam bergaul dengan orang baru. Responden D menyampaikan bahwa dirinya tidak mudah menilai seseorang sebelum mengenalnya lebih jauh. Responden P menyebutkan bahwa *“saya cukup mudah memulai pembicaraan dengan orang baru,”* sedangkan Responden T mengatakan bahwa *“saya merasa mudah bergaul dengan siapa pun.”*

Temuan ini menunjukkan bahwa fleksibilitas dan keterbukaan menjadi karakteristik dominan pada individu sanguinis. Sikap terbuka tersebut membantu responden menyesuaikan diri dengan berbagai lingkungan sosial dan memperluas jaringan pertemanan secara lebih mudah. Kemampuan beradaptasi yang baik juga menunjukkan adanya toleransi terhadap perbedaan karakter, latar belakang, maupun kebiasaan orang lain. Dalam proses interaksi sosial, responden cenderung menunjukkan sikap ramah dan tidak kaku sehingga orang lain merasa lebih nyaman untuk berkomunikasi. Kondisi ini memperlihatkan bahwa individu sanguinis memiliki kemampuan sosial yang mendukung terciptanya hubungan interpersonal yang harmonis dalam berbagai situasi.

4.4 Pengalaman Positif dalam Interaksi Sosial

Responden memiliki berbagai pengalaman positif yang menunjukkan kualitas hubungan sosial yang baik. Responden D mengungkapkan bahwa dirinya masih mempertahankan hubungan pertemanan sejak sekolah dasar hingga saat ini. Responden P menceritakan pengalaman ketika *“berkenalan dengan orang asing saat perjalanan dan ternyata berasal dari daerah yang sama,”* sehingga hubungan tersebut berkembang menjadi kedekatan sosial yang menyenangkan. Sementara itu, Responden T menyatakan bahwa dirinya menjalin persahabatan erat dengan seseorang yang memiliki latar belakang berbeda tetapi mempunyai visi hidup yang sama.

Hasil ini menunjukkan bahwa individu sanguinis tidak hanya mampu membangun hubungan sosial secara luas, tetapi juga mampu mempertahankan hubungan tersebut dalam jangka waktu yang panjang serta memiliki nilai emosional yang mendalam. Pengalaman positif yang dimiliki responden memperlihatkan adanya kemampuan dalam menciptakan kedekatan emosional

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

melalui komunikasi yang hangat dan terbuka. Selain itu, hubungan sosial yang terjalin tidak hanya didasarkan pada frekuensi interaksi, tetapi juga pada rasa saling memahami, saling mendukung, dan adanya kenyamanan emosional. Hal tersebut menunjukkan bahwa individu sanguinis memiliki kemampuan untuk membangun hubungan interpersonal yang bermakna dan berkesan dalam kehidupan sosial mereka.

4.5 Cara Mengekspresikan Diri dalam Interaksi

Dalam proses interaksi sosial, seluruh responden menunjukkan kecenderungan ekspresif namun tetap mampu menyesuaikan diri dengan situasi sosial yang dihadapi. Responden D mengaku sering menciptakan suasana santai melalui humor agar komunikasi terasa lebih nyaman. Responden P menjelaskan bahwa *“cara berbicara saya biasanya menyesuaikan situasi percakapan,”* sedangkan Responden T menyatakan bahwa *“saya lebih bebas berbicara dengan teman sebaya, tetapi lebih sopan kepada orang yang lebih tua.”*

Temuan ini menunjukkan bahwa ekspresi diri individu sanguinis bersifat spontan dan terbuka, tetapi tetap mempertimbangkan norma sosial serta karakteristik lawan bicara. Sikap ekspresif yang dimiliki responden membantu menciptakan suasana komunikasi yang lebih hidup dan tidak kaku. Namun demikian, kemampuan mereka dalam menyesuaikan gaya komunikasi menunjukkan adanya kontrol sosial yang baik dalam interaksi interpersonal. Responden mampu memahami kapan harus bersikap santai, serius, atau lebih sopan sesuai dengan situasi yang dihadapi. Hal ini memperlihatkan bahwa individu sanguinis tidak hanya komunikatif, tetapi juga memiliki sensitivitas sosial dalam membangun hubungan dengan orang lain.

4.6 Faktor yang Mempengaruhi Interaksi Sosial

Penelitian menemukan adanya faktor internal dan eksternal yang memengaruhi pola interaksi sosial responden. Faktor internal meliputi kemampuan adaptasi dan empati. Responden D menyampaikan bahwa dirinya menyesuaikan cara berbicara berdasarkan karakter lawan bicara. Responden P mengungkapkan bahwa *“empati penting agar komunikasi bisa berjalan dengan baik,”* sedangkan Responden T menyatakan bahwa dirinya memperhatikan gaya komunikasi orang lain sebelum merespons.

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

Selain faktor internal, lingkungan sosial juga menjadi faktor eksternal yang memengaruhi pembentukan pola interaksi responden. Responden D mengaku banyak menyerap penggunaan bahasa dari lingkungan sekitar, sementara Responden P dan T menyebutkan bahwa keluarga memiliki peran penting dalam membentuk pola komunikasi mereka sejak kecil. Temuan ini menunjukkan bahwa interaksi sosial individu sanguinis dibentuk oleh perpaduan antara karakter kepribadian dan pengaruh lingkungan sosial. Lingkungan keluarga, pertemanan, serta kebiasaan komunikasi di sekitar responden memberikan kontribusi besar dalam membentuk cara mereka bersikap dan berinteraksi dengan orang lain. Dengan demikian, kemampuan sosial individu sanguinis tidak muncul secara alami saja, tetapi juga berkembang melalui proses pengalaman sosial yang berlangsung secara terus-menerus.

4.7 Peran Emosi dalam Interaksi Sosial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki kemampuan regulasi emosi yang cukup baik dalam interaksi sosial. Responden D menyatakan bahwa dirinya berusaha untuk tidak membawa suasana hati buruk ke lingkungan sosial. Responden P mengungkapkan bahwa *"ketika emosi saya kurang stabil, saya lebih memilih mendengarkan daripada banyak berbicara,"* sedangkan Responden T menyampaikan bahwa dirinya tetap berusaha bersikap baik meskipun sedang mengalami gangguan emosi.

Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun individu sanguinis dikenal spontan dan ekspresif, mereka tetap mampu mengendalikan emosi secara adaptif demi menjaga hubungan sosial yang harmonis. Kemampuan regulasi emosi tersebut terlihat dari usaha responden untuk tetap menjaga kenyamanan orang lain meskipun sedang berada dalam kondisi emosional yang kurang baik. Sikap ini menunjukkan adanya kesadaran sosial dan kemampuan mengontrol diri dalam situasi interpersonal. Selain itu, responden juga memperlihatkan kemampuan untuk memilih respons komunikasi yang lebih tepat agar konflik sosial dapat dihindari. Hal tersebut menegaskan bahwa individu sanguinis tidak hanya ekspresif secara emosional, tetapi juga mampu mengelola emosi secara dewasa dalam kehidupan sosial.

4.8 Makna dan Nilai Hubungan Sosial

Ketiga responden memaknai hubungan sosial sebagai sesuatu yang penting dan bermakna dalam kehidupan mereka. Responden D mengartikan hubungan sosial sebagai bentuk kesetiaan antarteman. Responden P menyatakan bahwa *"hubungan sosial yang baik harus dibangun melalui komunikasi dua arah,"* sedangkan Responden T memandang bahwa setiap individu memiliki peran dan arti tersendiri dalam kehidupannya.

Hasil ini menunjukkan bahwa individu sanguinis tidak hanya aktif dalam menjalin hubungan sosial secara kuantitatif, tetapi juga menempatkan kualitas hubungan sebagai aspek penting yang memiliki nilai emosional dan interpersonal yang mendalam. Hubungan sosial dipandang sebagai sumber dukungan, kebersamaan, dan pengalaman hidup yang bermakna. Responden juga menunjukkan adanya penghargaan terhadap hubungan yang dibangun melalui rasa percaya, komunikasi yang baik, serta perhatian terhadap orang lain. Hal ini memperlihatkan bahwa individu sanguinis memiliki orientasi hubungan sosial yang positif dan cenderung menjaga kedekatan emosional dengan lingkungan sosialnya.

4.9 Kelebihan dan Kekurangan dalam Interaksi Sosial

Seluruh responden menunjukkan kemampuan refleksi diri yang baik terhadap pola interaksi sosial mereka. Responden D mengaku bahwa kemampuannya beradaptasi menjadi kelebihan utama, namun dirinya merasa tata bahasa yang digunakan terkadang kurang terstruktur. Responden P menyatakan bahwa *"saya cukup responsif terhadap orang lain, tetapi terkadang kurang berani memulai interaksi dalam situasi tertentu,"* sedangkan Responden T mengungkapkan bahwa dirinya mudah membuka percakapan, tetapi terkadang membahas hal-hal yang kurang penting.

Temuan ini menunjukkan bahwa individu sanguinis memiliki tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) yang baik dalam mengevaluasi kelebihan dan kekurangan mereka saat berinteraksi sosial. Kesadaran tersebut membantu responden memahami aspek-aspek komunikasi yang perlu dipertahankan maupun diperbaiki dalam hubungan interpersonal. Selain itu, kemampuan merefleksikan diri menunjukkan adanya kematangan sosial dan emosional dalam memahami

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

perilaku komunikasi pribadi. Dengan mengenali kekurangan yang dimiliki, responden dapat lebih mudah menyesuaikan diri dan meningkatkan kualitas interaksi sosial mereka di lingkungan sekitar.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki motivasi sosial yang tinggi, yang menjadi salah satu karakteristik utama individu dengan kepribadian sanguinis. Ketiga responden memperlihatkan kecenderungan untuk aktif membangun hubungan sosial, menikmati interaksi dengan orang lain, serta memandang komunikasi sebagai bagian penting dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan pendapat Murtinasari dan Lutfiyah (2022) yang menyatakan bahwa kepribadian memiliki pengaruh langsung terhadap orientasi individu dalam berinteraksi sosial. Selain itu, Dede Rina et al. (2021) dan Kumala et al. (2022) juga menjelaskan bahwa setiap tipe kepribadian memiliki pola interaksi yang khas dan konsisten. Pada tipe sanguinis, pola tersebut ditunjukkan melalui dorongan sosial yang aktif, ekspresif, dan cenderung mudah menjalin hubungan dengan lingkungan sekitar. Hal tersebut terlihat dari kemampuan responden dalam membangun komunikasi secara spontan dan menjaga hubungan sosial dengan baik.

Kemampuan responden dalam memulai percakapan dan menyesuaikan strategi komunikasi berdasarkan situasi menunjukkan adanya kompetensi komunikasi interpersonal yang baik. Ketiga responden mampu membaca kondisi sosial dan menyesuaikan cara berbicara sesuai karakter lawan bicara maupun konteks interaksi yang dihadapi. Temuan ini sejalan dengan Murtinasari dan Lutfiyah (2022) serta Pamungkas dan Siswanto (2021) yang menjelaskan bahwa tipe kepribadian memengaruhi pola komunikasi individu. Individu sanguinis cenderung memiliki fleksibilitas komunikasi yang tinggi sehingga lebih mudah diterima dalam berbagai lingkungan sosial. Kemampuan komunikasi adaptif tersebut terlihat dari cara responden menggunakan humor, sapaan ringan, maupun topik sederhana untuk menciptakan suasana yang nyaman dalam percakapan. Dengan demikian, keterampilan komunikasi menjadi salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan individu sanguinis dalam menjalin hubungan sosial.

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki keterbukaan sosial dan kemampuan adaptasi yang baik terhadap orang baru. Ketiga responden tidak mengalami hambatan berarti dalam membangun relasi dengan lingkungan baru dan cenderung bersikap terbuka dalam berinteraksi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yuliza dan Selian (2026) yang menyatakan bahwa keterbukaan sosial berperan penting dalam membentuk hubungan interpersonal yang positif. Selain itu, Effend et al. (2023) dan Kumala et al. (2022) menjelaskan bahwa individu sanguinis umumnya memiliki keterampilan sosial yang baik sehingga mampu menciptakan hubungan yang hangat, bahkan dalam situasi yang asing sekalipun. Sikap ramah, mudah bergaul, dan tidak cepat menilai orang lain menjadi faktor yang mendukung kemampuan adaptasi responden dalam berbagai lingkungan sosial.

Pengalaman sosial yang dimiliki responden menunjukkan bahwa individu sanguinis tidak hanya aktif dalam menjalin relasi, tetapi juga mampu membangun hubungan sosial yang bertahan lama dan bermakna. Responden mampu mempertahankan hubungan pertemanan dalam jangka panjang serta membangun kedekatan emosional dengan orang lain melalui komunikasi yang hangat dan terbuka. Temuan ini sejalan dengan pendapat Kurniawan Hidayat dan Ahmadi (2024) yang menyatakan bahwa kepribadian memengaruhi cara individu mengekspresikan emosi dalam interaksi sosial, yang kemudian menentukan kualitas dan keberlangsungan hubungan interpersonal. Dengan kemampuan membangun kedekatan emosional tersebut, individu sanguinis cenderung memiliki hubungan sosial yang tidak hanya luas secara kuantitas, tetapi juga mendalam secara kualitas.

Dalam proses interaksi sosial, responden menunjukkan karakter ekspresif yang tetap disertai kemampuan menyesuaikan diri dengan norma sosial. Responden mampu memahami kapan harus bersikap santai, serius, maupun lebih sopan sesuai situasi yang dihadapi. Temuan ini memperkuat pendapat Maulidya et al. (2022) serta Murtinasari dan Lutfiyah (2022) yang menjelaskan bahwa kepribadian tidak hanya memengaruhi keterbukaan individu, tetapi juga kemampuan dalam meregulasi ekspresi diri sesuai tuntutan sosial. Meskipun dikenal sebagai pribadi yang spontan dan komunikatif, individu sanguinis tetap

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

menunjukkan sensitivitas sosial dalam menjaga kenyamanan lawan bicara. Hal tersebut menunjukkan bahwa ekspresi diri pada individu sanguinis bersifat fleksibel dan adaptif terhadap lingkungan sosial.

Pola interaksi sosial responden juga dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal terlihat dari kemampuan empati, penyesuaian diri, dan cara responden memahami karakter lawan bicara dalam proses komunikasi. Sementara itu, faktor eksternal berasal dari lingkungan keluarga, pertemanan, serta kebiasaan komunikasi yang berkembang di sekitar responden. Temuan ini sejalan dengan Avandri et al. (2023) yang menyatakan bahwa lingkungan keluarga menjadi dasar pembentukan nilai dan pola komunikasi individu. Selain itu, Rahmaningtyas et al. (2021) menjelaskan bahwa kepribadian dan lingkungan sosial bekerja secara sinergis dalam membentuk pola interaksi seseorang. Dengan demikian, kemampuan sosial individu sanguinis tidak hanya dipengaruhi oleh karakter bawaan, tetapi juga berkembang melalui pengalaman sosial yang diperoleh dari lingkungan sekitarnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki kemampuan regulasi emosi yang cukup baik dalam interaksi sosial. Meskipun dikenal ekspresif, responden tetap berusaha mengendalikan emosi agar tidak mengganggu hubungan dengan orang lain. Beberapa responden memilih untuk lebih banyak mendengarkan atau menahan diri ketika kondisi emosinya kurang stabil. Temuan ini menunjukkan bahwa individu sanguinis tidak selalu bertindak impulsif sebagaimana stereotip yang berkembang di masyarakat. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Dede Rina et al. (2021) yang menyatakan bahwa tipe kepribadian memengaruhi cara individu merespons tekanan emosional. Pada individu sanguinis, regulasi emosi terlihat melalui kemampuan mengalihkan ekspresi negatif serta menjaga sikap positif dalam situasi sosial demi mempertahankan hubungan interpersonal yang harmonis.

Pemaknaan responden terhadap hubungan sosial menunjukkan bahwa individu sanguinis tidak hanya mengejar banyaknya relasi, tetapi juga mengutamakan kualitas hubungan yang dibangun. Responden memandang hubungan sosial sebagai bentuk kesetiaan, komunikasi dua arah, dan hubungan yang memiliki makna emosional dalam kehidupan mereka. Temuan ini sejalan

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

dengan Kumala et al. (2022) dan Maulidya et al. (2022) yang menyatakan bahwa karakter kepribadian memengaruhi berkembangnya nilai-nilai seperti empati, loyalitas, dan kepedulian sosial. Selain itu, Dinanti dan Selian (2026) menjelaskan bahwa keterlibatan emosional dalam interaksi turut menentukan cara individu mempertahankan hubungan antarpribadi. Dengan demikian, hubungan sosial pada individu sanguinis tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga menjadi sumber dukungan emosional dan pengalaman sosial yang bermakna.

Kemampuan responden dalam mengenali kelebihan dan kekurangan diri menunjukkan adanya *self-awareness* yang baik dalam interaksi sosial. Responden mampu mengevaluasi pola komunikasi yang dimiliki, termasuk aspek yang perlu dipertahankan maupun diperbaiki. Temuan ini sejalan dengan Dewiyana et al. (2021) yang menjelaskan bahwa tipe kepribadian Hippocrates-Galenus berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengontrol diri pada situasi sosial. Pada individu sanguinis, kesadaran diri tersebut menjadi mekanisme penyeimbang antara spontanitas dan regulasi perilaku sosial. Kemampuan refleksi diri ini membantu responden memahami dampak perilaku komunikasi mereka terhadap orang lain sehingga hubungan sosial dapat tetap berjalan secara positif dan harmonis.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa orang dengan kepribadian sanguinis memiliki ciri khas dalam interaksi sosial. Mereka memiliki kemampuan komunikasi yang cepat, keterbukaan, ekspresivitas, dan kemampuan untuk beradaptasi dalam berbagai situasi sosial. Sanguinis cenderung berperan aktif sebagai penggagas dalam interaksi, mudah bergaul dengan orang baru, dan mampu menjalin hubungan interpersonal yang langgeng dan emosional.

Selain kekuatan sosial ini, individu sanguinis juga menunjukkan kemampuan mengatur emosi dengan baik dan kesadaran diri dalam menilai pola interaksinya sendiri. Namun, mereka memiliki beberapa kelemahan, seperti komunikasi yang kurang sistematis dan kecenderungan untuk membahas hal-hal yang tidak relevan. Pola interaksi sosial individu sanguinis dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal, termasuk kepribadian dan pengelolaan emosi, serta faktor eksternal dari lingkungan keluarga dan sosial.

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa kepribadian sanguinis berpengaruh signifikan terhadap pola interaksi sosial individu dalam kehidupan sehari-hari dan memberikan kontribusi pada pengembangan kajian psikologi kepribadian berbasis pendekatan kualitatif.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Andini, A. Y., & Selian, N. (2026). Explorasi karakteristik kepribadian plegmatis pada mahasiswa dalam kehidupan akademik exploring phlegmatic personality characteristics in college students in academic life. *World Health Digital Journal*, 2(2), 202–209. <https://doi.org/10.69693/wolgitj.v2i2.82>
- Andrikhoa, & Pujionob, A. (2022). Korelasi tipe kepribadian sanguin terhadap penginjilan. *Skenoo: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen*, 2(1), 57–67. <https://doi.org/10.55649/skenoo.v2i1.28>
- Aroma, A., & Selian, N. (2026). Konstruksi makna toleransi pada individu dengan tingkat openness berbeda. *Journal of Humanities, Social Sciences, and Education (JHUSE)*, 2(2), 69–83. <https://doi.org/10.64690/jhuse.v2i2.700>
- Avandri, A., Wardhono, A., & Suhartini, R. (2023). Journal of Education Research. *Journal of Education Research*, 4(3), 1000–1006. <https://pdfs.semanticscholar.org/30a1/75a8e2b1e1bc8468b1d4aadf29d272a3d314.pdf>
- Dede Rina, N., Fitria, N., & Hendrawati. (2021). Literature review hubungan antara tipe kepribadian dengan kejadian hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 7(1), 15–19. <https://doi.org/10.33755/jkk.v7i1.187>
- Dewiyana, N., Tasawuf, A. J., Psikoterapi, D., Ushuluddin, F., Gunung, S., & Bandung, D. (2021). Hubungan tipe kepribadian Hippocrates-Galenus dengan tingkat kesabaran mahasiswa dalam sistem kuliah online. *Jurnal Perspektif*, 5(1), 74–98. <https://doi.org/10.15575/jp.v5i1.116>
- Effend, R., Andesti, I., & Lesmana, L. S. (2023). Implementasi metode forward chaining pada sistem pakar berbasis web untuk menentukan tipe kepribadian. *Joisie Journal of Information System and Informatics Engineering*, 7(2), 254–264. <https://www.ejournal.pelitaindonesia.ac.id/index.php/joisie/article/view/3296>

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

- Hastari, R. C., Wardani, T. K., Pgri, U. B., & Naskah, H. (2022). Profil proses berpikir kritis siswa dalam memecahkan masalah matematika ditinjau dari tipe kepribadian afiliation. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(2), 377–390. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v2i2.1693>
- Khalefa, E. Y., & Selian, N. (2021). Non-random sample strategy in qualitative art-related studies. *International Journal of Creative and Arts Studies*, 8(1), 35–49. <https://doi.org/10.24821/ijcas.v8i1.5184>
- Kumala, I., Heryani, R. D., & Adhiyati, U. P. (2022). Mengenal empat tipe kepribadian anak. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(4), 129–133. <https://doi.org/10.30998/pkmbatasa.v1i4.1352>
- Kurniawan Hidayat, R., & Ahmadi, A. (2024). Psikologi sastra pria sanguinis dalam novel *Sugar Baby* karya Shantymilan: Kajian psikologi sastra. *Bapala*, 11(3), 134–145. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/bapala/article/view/62027/47295>
- Latifah, I. (2022). Konseling teman sebaya dalam membentuk karakter kepribadian sanguinis pada mahasiswa bimbingan penyuluhan Islam IAIN Ponorogo. *Rosyada: Islamic Guidance and Counseling*, 3(2), 142–155. <https://doi.org/10.21154/rosyada.v3i2.4349>
- Lutfi, A., & Elfitriadi, E. (2023). Kemampuan komunikasi matematis siswa tipe kepribadian sanguin (percaya diri) dalam proses pembelajaran matematika. *Andragogi: Jurnal Diklat Teknis Pendidikan dan Keagamaan*, 11(1), 77–86. <https://doi.org/10.36052/andragogi.v11i1.312>
- Mar, A., Sholikhah, A., Arif, M., & Komputer, S. (2021). Analisis metakognisi siswa dalam memecahkan masalah relasi logik dan fungsi gerbang logika ditinjau dari tipe kepribadian tipologi Hippocrates Galenus. *Jurnal Ilmiah Edutic*, 8(1), 73–80. <https://journal.trunojoyo.ac.id/edutic/article/view/12044/6169>
- Maulidya, R. I., Hilaliyah, H., & Ramdani, I. (2022). Tipe-tipe kepribadian pada tokoh utama dalam novel *Retak* karya Azhara Natasya dan implikasinya terhadap pembelajaran bahasa Indonesia. *Alegori: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Bahasa Indonesia*, 2(2).
- Murtinasari, F., & Lutfiyah. (2022). Pengaruh tipe kepribadian dan karakter siswa (koleris, plegmatis, sanguinis dan melankolis) terhadap pemahaman konsep

Karakteristik Interaksi Sosial pada Individu dengan Tipe Kepribadian Sanguinis: Studi Kualitatif

- bentuk segiempat. *Jurnal UJMC*, 8(2), 21–29.
<https://doi.org/10.52166/ujmc.v8i2.3553>
- Pamungkas, D. Y., & Siswanto, R. D. (2021). Identifikasi pemecahan masalah matematis peserta didik berdasarkan tipe kepribadian Hippocrates-Galenus dan gender. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(3), 2324–2343.
<https://www.academia.edu/download/86341601/478999777.pdf>
- Rahmaningtyas, F., Purwati, H., & Nugroho, A. A. (2021). Analisis kemampuan koneksi matematis ditinjau dari tipe kepribadian sanguinis dan melancholis siswa SMP. *Square: Journal of Mathematics and Mathematics Education*, 3(2), 107–116. <https://doi.org/10.21580/square.2021.3.2.8527>
- Ramadhani, R. P., & Selian, N. (2026). Eksplorasi karakteristik mahasiswa ekstrovert dalam proses interaksi sosial di kelas. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 6(1), 49–63. <https://doi.org/10.36636/psikodinamika.v6i1.9614>
- Sofia Dinanti, N., & Selian, S. N. (2026). Pengalaman emosional dan pola kepribadian mahasiswa dengan social anxiety disorder dalam situasi sosial. *Jurnal Kajian Pendidikan dan Cakrawala Pembelajaran*, 2(2), 10–27.
<https://doi.org/10.64690/jakap.v2i2.687>
- Varalisyah, M., & Selian, N. (2026). Kontruksi identitas diri mahasiswa ambivert dalam konteks pergaulan sebaya. *Journal of Islamic Psychology and Behavioral Sciences*, 4(2), 278–286. <https://doi.org/10.61994/jipbs.v4i2.1698>
- Yuliza, D., & Selian, N. (2026). Pengalaman menjadi people pleaser pada individu dengan karakter agreeableness tinggi. *Intelektual: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Mahasiswa dan Akademisi*, 2(3), 1–13.
<https://doi.org/10.64690/intelektual.v2i3.701>
- Zahar, E., & Ardinah, A. (2022). Tipe kepribadian sanguinis tokoh Magi Diela dalam novel *Perempuan yang Menangis kepada Bulan Hitam* karya Dian Purnomo. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(3), 1824.
<https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i3.3013>