

Dampak Bahasa Tubuh dalam Komunikasi Interpersonal: Studi Literatur tentang Pesan Nonverbal

Dewi Rahayu^a, Evva Choirotul Mahfazza^b, Ozilla Junior Pratomo^c, Khusnu Milad^d

^aUin Sunan Ampel Surabaya, Sistem Informasi, 09010622006@student.uinsby.ac.id

^bUin Sunan Ampel Surabaya, Sistem Informasi, evvamahfazza31@gmail.com

^cUin Sunan Ampel Surabaya, Sistem Informasi, ozillajunior16@gmail.com

^dUin Sunan Ampel Surabaya, Sistem Informasi, m.milad@uinsa.ac.id

Submitted: 02-06-2025, Reviewed: 11-06-2025, Accepted 30-10-2025
<https://doi.org/10.47233/jteksis.v7i4.1992>

Abstract

This study examines interpersonal communication in a social context, emphasizing its impact on relationships, cooperation, and the effectiveness of interactions. Using a qualitative approach using observation and interview techniques, this study examines how individuals engage in two-way communication in everyday life. The results indicate that body language plays a crucial role in reinforcing verbal messages, building trust, and clarifying emotional meanings in face-to-face communication. The findings also highlight the influence of communication media, where nonverbal limitations in digital interactions can increase the risk of misinterpretation. Furthermore, cultural differences have been shown to influence the interpretation of body language, such as eye contact, hand gestures, and physical distance, which can lead to misunderstandings in intercultural interactions. This study also highlights the limitations of body language interpretation, which are influenced by individual factors, expressivity, and stereotypes, thus emphasizing the need for cultural awareness, empathy, and interpersonal communication skills to create harmonious interactions. These findings emphasize the importance of mastering verbal and nonverbal aspects in building effective and adaptive social relationships.

Keywords: interpersonal communication, body language, social interaction, culture, communication effectiveness

Abstrak

Penelitian ini membahas komunikasi interpersonal dalam konteks sosial dengan menitikberatkan pada pengaruhnya terhadap hubungan, kerja sama, dan efektivitas interaksi. Melalui pendekatan kualitatif dengan teknik observasi dan wawancara, penelitian ini mengkaji bagaimana individu melakukan komunikasi dua arah dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahasa tubuh berperan penting sebagai penguat pesan verbal, membangun kepercayaan, serta memperjelas makna emosional dalam komunikasi tatap muka. Temuan juga menegaskan adanya pengaruh media komunikasi, di mana keterbatasan nonverbal dalam interaksi digital dapat meningkatkan risiko salah tafsir. Selain itu, perbedaan budaya terbukti memengaruhi interpretasi bahasa tubuh, misalnya kontak mata, gestur tangan, maupun jarak fisik, yang dapat menimbulkan kesalahpahaman dalam interaksi antarbudaya. Penelitian ini juga menyoroti keterbatasan interpretasi bahasa tubuh yang dipengaruhi oleh faktor individu, ekspresivitas, dan stereotip, sehingga menegaskan perlunya kesadaran budaya, empati, dan keterampilan komunikasi antarpribadi untuk menciptakan interaksi yang harmonis. Temuan ini menegaskan pentingnya penguasaan aspek verbal dan nonverbal dalam membangun hubungan sosial yang efektif dan adaptif.

Kata kunci: komunikasi interpersonal, bahasa tubuh, interaksi sosial, budaya, efektivitas komunikasi

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia, yang tidak hanya terbatas pada penggunaan bahasa verbal, tetapi juga mencakup pesan-pesan nonverbal. Dalam interaksi sehari-hari, sering kali pesan yang disampaikan melalui gerakan tubuh, ekspresi wajah, kontak mata, dan postur tubuh memiliki makna yang sama pentingnya, atau bahkan lebih kuat, dibandingkan kata-kata yang diucapkan. Oleh karena itu, pemahaman terhadap bahasa tubuh sebagai bagian dari komunikasi interpersonal menjadi aspek krusial dalam membangun hubungan yang efektif.

Bahasa tubuh adalah salah satu bentuk komunikasi nonverbal yang mencerminkan sikap, emosi, dan

intensi seseorang tanpa menggunakan kata-kata. Bentuk komunikasi ini dapat memperkuat, melemahkan, atau bahkan bertentangan dengan pesan verbal yang disampaikan. Misalnya, senyuman dapat mempertegas rasa senang yang diucapkan secara verbal, namun senyuman yang dipaksakan dapat menimbulkan kebingungan atau ketidakpercayaan dari lawan bicara. Oleh karena itu, kemampuan menafsirkan dan menggunakan bahasa tubuh secara tepat sangat berpengaruh terhadap efektivitas komunikasi interpersonal.

Dalam konteks komunikasi interpersonal, pesan nonverbal yang disampaikan melalui bahasa tubuh sering kali menjadi indikator utama dalam menilai kejujuran, empati, dan keterbukaan seseorang.

Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar persepsi dan pemahaman dalam interaksi antarpribadi terbentuk dari aspek nonverbal. Ketidaksesuaian antara pesan verbal dan bahasa tubuh dapat menimbulkan kesalahpahaman atau bahkan konflik dalam komunikasi. Bahasa tubuh, yang mencakup ekspresi wajah, gerak tubuh, postur tubuh, dan kontak mata, memainkan peran penting dalam komunikasi manusia, terutama dalam interaksi awal, dimana sinyal nonverbal sering membentuk persepsi dan membangun kepercayaan. Studi menekankan pentingnya bahasa tubuh dalam menyampaikan niat, emosi, dan kepercayaan diri[1].

Komunikasi nonverbal berperan penting dalam interaksi antarpribadi dan antarbudaya karena mampu menyampaikan pesan yang tidak selalu dapat diungkapkan melalui kata-kata. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa komunikasi nonverbal, seperti gestur, ekspresi wajah, dan bahasa tubuh, dapat meningkatkan efektivitas interaksi lintas budaya sekaligus membangun rasa saling percaya[2]. Selain itu, studi *"Analisis Penggunaan Komunikasi Nonverbal Pada Presentasi Kelas"* menemukan bahwa elemen seperti kontak mata, postur tubuh, penggunaan ruang dan atribut visual turut meningkatkan daya tarik penyampai dan pemahaman audiens terhadap materi yang dipresentasikan[3]. Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa komunikasi nonverbal tidak hanya memperkuat pesan verbal, tetapi juga menjadi sarana penting dalam menjaga keharmonisan interaksi sosial di Indonesia.

Studi literatur mengenai pesan nonverbal memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana bahasa tubuh mempengaruhi komunikasi interpersonal. Dengan menganalisis berbagai penelitian terdahulu, kita dapat melihat pola-pola penggunaan bahasa tubuh dalam konteks sosial dan budaya yang berbeda, serta bagaimana persepsi terhadap gerakan nonverbal dapat bervariasi tergantung latar belakang individu. Hal ini membuka wawasan akan pentingnya sensitivitas terhadap perbedaan budaya dalam menafsirkan pesan nonverbal.

METODE PENELITIAN

2.1. Metode

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (literature review) untuk menganalisis dampak bahasa tubuh dalam komunikasi interpersonal. Studi literatur dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi, menelaah, dan mensintesis temuan-temuan dari berbagai penelitian terdahulu yang relevan dengan

topik pesan nonverbal, khususnya bahasa tubuh, dalam interaksi antar pribadi[4].

Langkah-langkah penelitian yang dilakukan meliputi:

1. Identifikasi Sumber

Peneliti mengumpulkan literatur dari jurnal-jurnal ilmiah, buku, dan artikel yang dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir, dengan fokus pada komunikasi interpersonal dan pesan nonverbal. Database yang digunakan antara lain Google Scholar, ScienceDirect, dan Jurnal JTEKSIS.

2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Kriteria inklusi meliputi artikel yang membahas secara khusus bahasa tubuh, komunikasi nonverbal, dan dampaknya dalam interaksi sosial. Artikel yang tidak relevan atau tidak membahas aspek komunikasi interpersonal secara spesifik dikeluarkan dari analisis.

3. Analisis dan Sintesis Data

Setiap artikel yang terpilih dianalisis untuk mengidentifikasi pola-pola penggunaan bahasa tubuh, konteks sosial-budaya, serta dampaknya terhadap efektivitas komunikasi. Hasil-hasil penelitian kemudian disintesis untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai peran bahasa tubuh dalam komunikasi interpersonal.

4. Validasi Temuan

Untuk meningkatkan validitas, peneliti membandingkan temuan dari berbagai sumber dan mengaitkannya dengan teori komunikasi nonverbal yang sudah mapan, seperti teori Mehrabian dan Knapp [5].

2.2 Ruang Lingkup dan Objek Penelitian

Objek kajian dalam penelitian ini adalah berbagai bentuk bahasa tubuh yang sering muncul dalam komunikasi interpersonal, seperti ekspresi wajah, gerakan tangan, postur tubuh, dan kontak mata. Ruang lingkup penelitian dibatasi pada interaksi antar pribadi dalam konteks sosial dan budaya yang beragam.

2.3 Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui telaah pustaka menggunakan kata kunci: "bahasa tubuh", "komunikasi nonverbal", "komunikasi interpersonal", dan "pesan nonverbal". Seluruh referensi [4] dikelola menggunakan aplikasi manajemen referensi seperti Mendeley untuk memudahkan proses sitasi dan penyusunan daftar pustaka.

2.4 Teknik Analisis Data

Analisis dilakukan secara kualitatif dengan pendekatan tematik, yaitu mengelompokkan temuan berdasarkan tema-tema utama yang muncul, seperti kejujuran, empati, dan efektivitas komunikasi. Data yang telah dikategorikan kemudian diinterpretasikan untuk menjawab pertanyaan penelitian mengenai dampak bahasa tubuh dalam komunikasi interpersonal.

Tabel 1. Tabel Tahapan Analisis

Tahapan Analisis	Tabel Analisis Data	
	Deskripsi	Penerapan
Pengumpulan data	Mengumpulkan literatur dari jurnal, buku, dan artikel terkait bahasa tubuh dan komunikasi nonverbal.	Menggunakan database Google Scholar, ScienceDirect, dan JTEKSIS.
Seleksi Literatur	Memilih artikel yang relevan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.	Memilih artikel yang membahas bahasa tubuh dalam komunikasi interpersonal dalam 15 tahun terakhir
Reduksi data	Menyaring informasi penting dari literatur yang telah dikumpulkan.	Mengelompokkan data berdasarkan tema seperti ekspresi wajah, gestur, dan kontak mata.
Display Data	Menyajikan data yang telah direduksi dalam bentuk tabel, diagram, atau narasi tematik.	Membuat ringkasan tematik mengenai dampak bahasa tubuh terhadap efektivitas komunikasi.
Analisis dan Interpretasi	Menginterpretasikan data tematik untuk menjawab pertanyaan penelitian.	Mengkaji bagaimana bahasa tubuh mempengaruhi persepsi kejujuran dan empati dalam komunikasi interpersonal.
Validasi Temuan	Membandingkan temuan dari berbagai sumber dan mengaitkan dengan teori komunikasi nonverbal yang sudah mapan.	Mengaitkan hasil sintesis dengan teori Mehrabian dan Knapp untuk memastikan validitas.
Penarikan Kesimpulan	Merumuskan kesimpulan berdasarkan hasil analisis dan interpretasi data.	Menyimpulkan bahwa bahasa tubuh memiliki pengaruh signifikan dalam komunikasi interpersonal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Temuan Studi Literatur

Dari beragam temuan menyampaikan hasil-hasil dari berbagai literatur yang telah dianalisis untuk memahami fungsi bahasa tubuh dalam komunikasi interpersonal. Pembahasan difokuskan pada bagaimana bahasa tubuh mempengaruhi persepsi, efektivitas komunikasi, serta kemungkinan terjadinya miskomunikasi.

Dengan meninjau berbagai penelitian terdahulu, kita dapat memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai signifikansi bahasa tubuh dalam membangun hubungan antarpersonal, serta faktor-faktor budaya dan psikologis yang mempengaruhi penafsirannya. Selain itu, bagian ini juga mengangkat berbagai contoh konkret dan analisis kritis terhadap dampak serta batasan penggunaan bahasa tubuh dalam konteks komunikasi sehari-hari.

Pada temuan Studi literatur terkini menyoroti peran penting bahasa tubuh dalam komunikasi interpersonal. Berikut adalah beberapa temuan utama yang berhasil diidentifikasi dari hasil kajian berbagai penelitian:

1. Bahasa Tubuh sebagai Penguat Pesan Verbal

Bahasa tubuh secara signifikan mendukung pesan verbal dengan menambah lapisan makna emosional dan sikap komunikator terhadap pesan yang disampaikan. Misalnya, gestur terbuka, senyum alami, dan anggukan kepala dapat memperkuat pemahaman dan penerimaan pesan oleh lawan bicara. Tanpa dukungan bahasa tubuh, pesan verbal dapat terdengar monoton dan kurang meyakinkan. Oleh karena itu, komunikasi yang hanya mengandalkan kata-kata tanpa ekspresi nonverbal cenderung kurang efektif, terutama dalam interaksi tatap muka[1].

2. Peran Bahasa Tubuh dalam Membangun Kepercayaan

Penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan dalam komunikasi interpersonal tidak hanya dipengaruhi oleh isi pesan verbal, tetapi juga oleh konsistensi dan ketulusan bahasa tubuh. Komunikator yang menunjukkan kontak mata yang stabil, postur tubuh yang terbuka, dan gerakan tangan yang tenang biasanya dipersepsi sebagai individu yang jujur dan dapat dipercaya. Sebaliknya, bahasa tubuh yang tertutup atau tidak konsisten dapat menimbulkan keraguan meskipun isi pesannya positif[1].

3. Pengaruh Media Sosial terhadap Komunikasi Nonverbal

Dengan meningkatnya penggunaan platform digital dalam komunikasi sehari-hari, sebagian besar aspek nonverbal dalam komunikasi menjadi terbatas. Ketidakadaan gestur, ekspresi wajah, dan intonasi membuat pesan tertulis rentan disalahartikan. Meskipun emoji dan stiker berupaya mengisi kekosongan tersebut, nuansa emosional yang biasanya ada dalam interaksi langsung tetap tidak tergantikan. Hal ini menunjukkan pentingnya konteks dan media komunikasi dalam menyampaikan pesan secara utuh [6].

4. Pentingnya Keterampilan Membaca Bahasa Tubuh

Kemampuan untuk mengenali dan menafsirkan bahasa tubuh orang lain sangat membantu dalam memahami perasaan, niat, atau keadaan emosional seseorang tanpa mereka perlu mengatakannya secara eksplisit. Individu dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih peka terhadap isyarat nonverbal, sehingga mereka mampu menyesuaikan respons secara akurat. Keterampilan ini sangat penting dalam hubungan profesional maupun[1].

5. Kesadaran Budaya dalam Interpretasi Bahasa Tubuh

Satu temuan penting lainnya adalah bahwa makna dari bahasa tubuh sangat dipengaruhi oleh latar belakang budaya. Sebuah isyarat yang diterima secara positif di satu budaya dapat dianggap tidak sopan atau bahkan ofensif di budaya lain. Contohnya, kontak mata yang dianggap sebagai bentuk kepercayaan di Amerika Serikat bisa dipersepsikan sebagai tantangan atau ketidak sopan di Jepang. Oleh karena itu, kesadaran lintas budaya perlu dimiliki untuk menghindari kesalahpahaman dalam komunikasi global[1].

3.2. Analisis Dampak Bahasa Tubuh

Setelah meneliti berbagai literatur terkait, dapat diambil kesimpulan bahwa bahasa tubuh memiliki pengaruh yang signifikan terhadap bagaimana pesan diterima dan dimengerti oleh orang lain. Bahasa tubuh yang sesuai dapat memperkuat pesan verbal, membangun rasa percaya, serta menghasilkan kesan positif dalam interaksi sosial. Sebagai contoh, postur tubuh yang terbuka cenderung diasosiasikan dengan sikap ramah dan percaya diri, sementara kontak mata yang konsisten menunjukkan perhatian dan ketulusan. Analisis berikut memaparkan beberapa bentuk bahasa tubuh dan pengaruhnya terhadap persepsi dalam komunikasi interpersonal.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa elemen nonverbal seperti gerakan tangan, ekspresi wajah, dan jarak fisik memiliki peran penting dalam membentuk makna komunikasi. Menurut Martha dan Sihotan [7], bahasa tubuh yang baik dapat menjadi indikator kejujuran, empati, dan keterbukaan dalam komunikasi antarpribadi. Gerakan tubuh yang terbuka, misalnya, dapat memperkuat kepercayaan antar individu, sedangkan gestur tertutup seperti menyilangkan tangan sering kali menunjukkan ketidakterbukaan atau penolakan.

Selanjutnya, penelitian oleh Nathany dan Putri, n.d.[8] menegaskan bahwa penggunaan bahasa tubuh yang sejalan dengan pesan verbal akan meningkatkan kredibilitas dan efektivitas pesan. Mereka memberikan contoh bagaimana senyum yang tulus dapat meningkatkan persepsi positif terhadap komunikator, terutama dalam konteks profesional seperti pelayanan pelanggan atau pendidikan.

Dalam ranah keperawatan, Rudi Purwana et al [9] menunjukkan bahwa bahasa tubuh memiliki peran penting dalam membangun hubungan dengan pasien. Kontak mata yang memadai, posisi tubuh yang terbuka, dan jarak komunikasi yang tepat mampu menciptakan rasa nyaman dan aman pada pasien, khususnya saat menyampaikan informasi medis yang sensitif.

3.3. Perbedaan Budaya dan Bahasa Tubuh

Bahasa tubuh merupakan elemen penting dalam komunikasi antarpribadi, tetapi pemahamannya sangat dipengaruhi oleh konteks budaya. Perbedaan budaya dapat menimbulkan variasi dalam penafsiran gestur, ekspresi wajah, kontak mata, dan proksemik (jarak fisik), yang berpotensi menyebabkan kesalahpahaman dalam interaksi antarbudaya.

• Kontak Mata

Dalam budaya Barat[10], seperti Amerika Serikat dan Eropa, kontak mata langsung sering kali dianggap sebagai tanda kepercayaan diri, kejujuran, dan perhatian. Di sisi lain, di banyak budaya Asia, termasuk Jepang dan Indonesia, kontak mata yang terlalu intens mungkin dipandang tidak sopan atau menantang, terutama kepada orang yang lebih tua atau yang memiliki status sosial lebih tinggi. Ini mencerminkan nilai-nilai kesopanan dan hierarki yang sangat dijunjung dalam budaya tersebut.

• Gestur dan Gerakan Tangan

Menurut Afifah[11] gestur tangan juga memiliki makna yang berbeda antara budaya. Contohnya, isyarat "OK" dengan membentuk lingkaran menggunakan jari telunjuk dan ibu jari dianggap positif di banyak negara, tetapi di Turki, gestur ini bisa dianggap sebagai penghinaan. Di Indonesia, gerakan tangan tertentu yang dianggap sopan mungkin memiliki arti yang berbeda di negara lain.

• Proksemik (Jarak Fisik)

Konsep ruang pribadi bervariasi antara budaya. Budaya Latin dan Timur Tengah cenderung merasa nyaman dengan jarak fisik yang lebih dekat selama interaksi, sementara budaya Anglo-Saxon, seperti Inggris dan Amerika Serikat, lebih mengutamakan ruang pribadi yang lebih luas. Di Indonesia, preferensi

terhadap jarak fisik bisa berbeda tergantung pada latar belakang budaya daerah, seperti budaya Jawa yang cenderung menjaga jarak sebagai bentuk penghormatan[11].

- Ekspresi Wajah dan Emosi

Ekspresi wajah dalam menyampaikan emosi juga dipengaruhi oleh budaya. Budaya yang bersifat individualistik, seperti Amerika Serikat, cenderung mengekspresikan emosi dengan lebih terbuka, sedangkan budaya kolektivistik, seperti Jepang dan Indonesia, lebih menekankan pengendalian diri dan harmoni sosial, sehingga ekspresi emosi mungkin lebih tersamarkan[10].

Memahami perbedaan-perbedaan ini sangat penting dalam komunikasi antarbudaya untuk menghindari salah paham dan membangun hubungan yang efektif. Kesadaran akan norma-norma budaya dalam bahasa tubuh dapat meningkatkan kompetensi komunikasi dan memperkuat interaksi antarindividu dari latar belakang budaya yang beragam [12].

3.4. Keterbatasan dan Kesalahan Interpretasi Bahasa Tubuh

Meskipun komunikasi interpersonal melibatkan unsur penting dari bahasa tubuh, interpretasinya tidak selalu tepat dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Kesalahan dalam menafsirkan isyarat nonverbal sering terjadi, khususnya dalam konteks lintas budaya, dan dapat mengakibatkan kesalahpahaman yang signifikan.

Salah satu penyebab utama yang memicu kesalahan interpretasi adalah perbedaan budaya. Isyarat nonverbal seperti kontak mata, ekspresi wajah, dan gerakan tubuh dapat memiliki arti yang berbeda di berbagai budaya. Sebagai contoh, kontak mata yang kuat dianggap sebagai tanda kepercayaan diri di beberapa budaya Barat, namun bisa dianggap tidak sopan atau menantang di budaya Asia Timur. Begitu juga, gerakan kepala untuk menunjukkan persetujuan atau penolakan bisa berbeda antara budaya, yang dapat menyebabkan kebingungan dalam komunikasi [13].

Selain perbedaan budaya, faktor individu seperti ekspresivitas pribadi, paralanguage (intonasi, volume suara), dan ambiguitas isyarat nonverbal juga dapat mempengaruhi cara interpretasi. Ekspresi wajah yang sama dapat ditafsirkan secara berbeda tergantung pada konteks dan pengalaman pribadi seseorang. Sebagai contoh, senyuman bisa diartikan sebagai keramahan, tetapi juga dapat menunjukkan ketidaknyamanan atau bahkan sarkasme, tergantung pada situasinya.

Kesalahan interpretasi juga bisa terjadi karena asumsi atau stereotip yang dimiliki oleh individu. Contohnya, seseorang mungkin percaya bahwa menyilangkan lengan selalu berarti sikap defensif, padahal itu bisa saja hanya kebiasaan atau kenyamanan pribadi. Mengandalkan isyarat nonverbal tanpa memperhatikan konteks dan faktor individu dapat mengakibatkan penilaian yang salah.

Dalam lingkungan profesional, seperti perusahaan multinasional, kesalahan dalam menginterpretasikan bahasa tubuh dapat berdampak buruk pada hubungan kerja dan efektivitas komunikasi. Penelitian oleh Rahdianina [14] menunjukkan bahwa miskomunikasi dalam menyusun interpretasi komunikasi nonverbal menjadi hambatan utama bagi karyawan yang bekerja di perusahaan multinasional. Faktor-faktor seperti ekspresivitas individu, paralanguage, dan ambiguitas dapat menjadi hambatan komunikasi yang signifikan.

Untuk meminimalkan risiko kesalahan interpretasi bahasa tubuh, penting bagi individu untuk meningkatkan kesadaran budaya, memahami konteks komunikasi, dan tidak hanya mengandalkan satu isyarat nonverbal dalam menilai pesan atau niat seseorang. Pelatihan komunikasi antarbudaya dan pengembangan empati juga bisa membantu dalam memahami dan menafsirkan bahasa tubuh dengan lebih tepat.

SIMPULAN

Bahasa tubuh merupakan elemen penting dalam komunikasi interpersonal yang tidak hanya melengkapi pesan verbal, tetapi juga menjadi indikator utama dari sikap, emosi, dan niat seseorang. Gestur, ekspresi wajah, postur tubuh, dan kontak mata dapat memperkuat pesan verbal, membangun kepercayaan, serta menciptakan komunikasi yang lebih efektif dalam berbagai konteks sosial. Kemampuan mengenali dan menginterpretasikan bahasa tubuh juga terbukti berperan dalam membangun empati dan kepekaan sosial, baik dalam hubungan pribadi maupun profesional.

Namun, efektivitas komunikasi nonverbal sangat dipengaruhi oleh faktor budaya, konteks situasional, dan persepsi individu. Perbedaan budaya dapat membuat isyarat tubuh disalahartikan, sementara stereotip dan pengalaman pribadi dapat memengaruhi interpretasi pesan nonverbal. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam tentang bahasa

tubuh harus disertai dengan kesadaran lintas budaya serta kemampuan membaca konteks secara menyeluruh.

Sebagai rekomendasi praktis, individu maupun profesional dapat meningkatkan keterampilan membaca bahasa tubuh melalui pelatihan komunikasi nonverbal, pengembangan kecerdasan emosional, serta peningkatan kesadaran lintas budaya. Praktik ini dapat dilakukan dengan mengikuti workshop, simulasi interaksi antarbudaya, maupun pelatihan komunikasi profesional. Dengan demikian, keterampilan memahami pesan nonverbal dapat membantu meminimalkan risiko kesalahpahaman dan meningkatkan efektivitas komunikasi, khususnya dalam menghadapi tantangan interaksi global yang semakin kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Almadina Rakhmaniar, "Peran Bahasa Tubuh Dalam Membangun Kepercayaan Pada Interaksi Pertama (Studi Etnometodologi Pada Remaja Kota Bandung)," *wissen*, vol. 1, no. 4, pp. 84–99, Jun. 2024, doi: 10.62383/wissen.v1i4.242.
- [2] M. Alwan, A. F. Ashaf, and N. Trenggono, "Pengaruh Komunikasi Nonverbal dalam Meningkatkan Efektivitas Interaksi antar Budaya," *AJSH*, vol. 4, no. 3, pp. 1345–1350, Dec. 2024, doi: 10.57250/ajsh.v4i3.664.
- [3] A. Apriliyanti, "Analisis Penggunaan Komunikasi Nonverbal Pada Persentasi Kelas," *JMI*, vol. 2, no. 7, pp. 1554–1560, Jul. 2023, doi: 10.58344/jmi.v2i7.313.
- [4] N. Gheorghița, "The Role of the Nonverbal Communication in Interpersonal Relations," *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, vol. 47, pp. 552–556, 2012, doi: 10.1016/j.sbspro.2012.06.694.
- [5] D. Mulan Syawalia, A. Maylani, M. H. Ferdyan, M. I. Halim, and J. Tri Nugraha, "PERSEPSI MASYARAKAT PADA MAKNA EKSPRESI WAJAH DAN GESTUR TUBUH DALAM BERKOMUNIKASI," *JoGaPA*, vol. 2, no. 1, pp. 74–83, Dec. 2024, doi: 10.70248/jogapa.v2i1.1635.
- [6] Salwa Salsabila, Melin Andila, and Afwan Syahril, "Komunikasi Interpersonal Media Sosial Di Era Digital: Tantangan Dan Peluang," *JERD*, vol. 1, no. 3, pp. 297–301, Jan. 2025, doi: 10.62379/jerd.v1i3.169.
- [7] A. Martha and M. H. Sihotang, "Menerapkan Keterampilan Komunikasi dengan Memperhatikan Bahasa Tubuh dan Ekspresi Wajah," *karimahtauhid*, vol. 3, no. 8, pp. 8637–8641, Aug. 2024, doi: 10.30997/karimahtauhid.v3i8.14343.
- [8] A. Nathany and A. R. Putri, "Pengaruh Bahasa Tubuh dalam Meningkatkan Kredibilitas dan Efektivitas Komunikasi: Perspektif Psikologi Komunikator".
- [9] Rudi Purwana, Mariana Mariana, Asrul Asrul, Afina Muharani Syafriani, and Ani Rahmadhani Kaban, "Strategi Komunikasi Efektif dalam Praktik Keperawatan: Peran Bahasa Tubuh dan Kontak Mata," *Khatulistiwa*, vol. 2, no. 4, pp. 250–261, Dec. 2022, doi: 10.55606/khatulistiwa.v2i4.3398.
- [10] T. Widiyanarti, C. A. Fadianti, F. Yunandar, F. S. Ningsih, J. F. Aji, and M. Syifa, "Analisis Perbedaan Pola Komunikasi Verbal dan Non-Verbal dalam Interaksi Antar Budaya," *interaction*, vol. 1, no. 3, p. 12, Nov. 2024, doi: 10.47134/interaction.v1i3.3285.
- [11] F. Afifah, "PERBANDINGAN BAHASA VERBAL DAN NON-VERBAL DALAM INTERAKSI ANTAR BUDAYA DI INDONESIA," *mimbarsumbar*. Accessed: Apr. 05, 2025. [Online]. Available: <https://mimbarsumbar.id/76668-2/>
- [12] V. laurene, "Pengaruh Bahasa Tubuh dalam Komunikasi Antarbudaya." Accessed: Apr. 05, 2025. [Online]. Available: <https://communication.binus.ac.id/2024/12/11/pengaruh-bahasa-tubuh-dalam-komunikasi-antarbudaya/>
- [13] "PersepsidalamKomunikasiInterpersonal."
- [14] L. Y. Rahdianina, "KESALAHPAHAMAN DALAM MENGINTERPRETASIKAN KOMUNIKASI NONVERBAL DALAM ORGANISASI MULTINASIONAL".