

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

PENGANTAR KOMUNIKASI ANTAR PRIBADI

¹Hilda Rahmadani Harahap, ²Fitri Aini

Corresponding E-mail: hilda1100000162@uinsu.ac.id, faini553@gmail.com

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Abstrak

Komunikasi manusia adalah proses yang sangat penting karena memungkinkan individu untuk berinteraksi dan membangun hubungan di berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam konteks pribadi, profesional, maupun sosial. Komunikasi antarpribadi, sebagai bagian dari interaksi manusia, melibatkan pertukaran pesan verbal dan nonverbal. Proses ini bersifat dinamis dan transaksional, di mana kedua pihak saling memengaruhi untuk menciptakan makna bersama. Melalui komunikasi antarpribadi, individu dapat memperdalam pemahaman diri, memahami sudut pandang orang lain, mempererat hubungan, meningkatkan empati, serta bekerja sama untuk mengatasi tantangan yang kompleks. Keterampilan komunikasi yang efektif menjadi dasar penting dalam membangun interaksi sosial yang positif dan produktif, yang pada akhirnya mendukung perkembangan pribadi maupun profesional seseorang (Mulyana, 2020; Hafied, 2020).

Menurut saya, Komunikasi manusia memiliki peran penting dalam menghubungkan individu dan membangun hubungan di berbagai aspek kehidupan. Komunikasi antarpribadi melibatkan pertukaran pesan verbal dan nonverbal untuk mencapai pemahaman bersama. Hal ini memungkinkan kita untuk meningkatkan kesadaran diri, mempererat hubungan, dan mengatasi tantangan dengan efektif. Keterampilan komunikasi yang kuat menjadi dasar interaksi positif dan pengembangan diri.

Kata Kunci : Komunikasi Antarpribadi, Pengembangan Diri, Pemahaman Bersama

Abstract

Human communication is a vital process that allows individuals to interact and establish connections in various areas of life, including personal, professional, and social contexts. Interpersonal communication, as a subset of human interaction, entails the exchange of verbal and nonverbal messages. This process is inherently dynamic and transactional, where both participants influence one another to construct shared meanings. By engaging in interpersonal communication, individuals gain deeper self-awareness, develop a better understanding of others' viewpoints, build stronger relationships, enhance empathy, and work collaboratively to address complex challenges. Mastering effective communication skills forms the backbone of positive and productive social interactions, significantly contributing to an individual's personal and professional growth (Mulyana, 2020; Hafied, 2020).

In my opinion, human communication plays an important role in connecting individuals and building relationships across various aspects of life. Interpersonal communication involves the exchange of verbal and nonverbal messages to achieve mutual understanding.

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

This allows us to enhance self-awareness, strengthen relationships, and address challenges effectively. Strong communication skills form the foundation of positive interactions and personal development.

Keyword : *Interpersonal Communication, Personal Development, Mutual Understanding*

PENDAHULUAN

Pengantar Komunikasi Pribadi

Komunikasi pribadi memiliki peran penting dalam kehidupan manusia karena memungkinkan individu untuk berinteraksi, berbagi ide, dan membangun hubungan yang berarti. Proses ini melibatkan pertukaran pesan verbal dan nonverbal secara dinamis. Lebih dari sekadar menyampaikan informasi, komunikasi pribadi membantu menciptakan pemahaman yang mendalam antara individu. Oleh karena itu, komunikasi pribadi menjadi dasar utama untuk membangun hubungan sosial yang harmonis dan efektif (Putri & Suryadi, 2020).

Dalam interaksi interpersonal, komunikasi pribadi mencakup berbagai aspek, seperti mendengarkan secara aktif, memahami kebutuhan emosional orang lain, dan menyampaikan pesan dengan efektif. Selain sebagai sarana untuk bertukar informasi, komunikasi ini juga berperan dalam menyelesaikan konflik, memperkuat hubungan, dan membangun rasa saling percaya di antara individu yang terlibat. Santoso dan Nugraha (2021) menekankan bahwa keterampilan komunikasi yang efektif memiliki pengaruh besar terhadap kualitas hubungan, baik dalam konteks pribadi maupun profesional, terutama di era modern yang dipenuhi tantangan sosial dan teknologi.

Kemajuan teknologi secara signifikan telah mengubah cara individu berkomunikasi. Media sosial, aplikasi pesan instan, dan platform digital lainnya menawarkan kemudahan, tetapi juga menghadirkan tantangan, seperti berkurangnya kedalaman interaksi dan potensi miskomunikasi. Menurut Siregar (2021), meskipun teknologi meningkatkan komunikasi jarak jauh, interaksi tatap muka tetap menjadi hal penting untuk membangun hubungan yang bermakna. Oleh karena itu, individu perlu menyesuaikan metode komunikasi mereka agar sesuai dengan kebutuhan masa kini sambil tetap menjaga prinsip dasar komunikasi pribadi.

Komunikasi pribadi tidak hanya memengaruhi hubungan antarindividu, tetapi juga memiliki peran penting dalam pengembangan diri. Gunawan (2021) menyatakan bahwa keterampilan komunikasi yang efektif membantu individu meningkatkan kepercayaan diri, mengasah kemampuan dalam menyelesaikan masalah, dan menciptakan lingkungan kerja yang kolaboratif. Dalam konteks profesional, komunikasi pribadi sering menjadi tolok ukur keberhasilan, terutama dalam situasi yang melibatkan kerja tim, negosiasi, atau presentasi.

Komunikasi pribadi memainkan peran penting dalam menghadapi tantangan globalisasi. Kemampuan berkomunikasi lintas budaya, memahami perbedaan pandangan, dan menyampaikan pesan dengan menghargai budaya lokal kini menjadi keterampilan yang sangat diperlukan di era keterhubungan global. Rahardjo dan Lestari (2020) menjelaskan bahwa komunikasi pribadi yang efektif tidak hanya mempererat hubungan antarindividu,

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

tetapi juga mendukung terciptanya kolaborasi lintas budaya yang lebih baik di berbagai bidang, seperti bisnis, pendidikan, dan pemerintahan.

"Karena komunikasi pribadi sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan, individu sebaiknya fokus untuk meningkatkan keterampilan komunikasi mereka. Pemahaman yang komprehensif tentang prinsip-prinsip komunikasi interpersonal dapat membantu mereka mengatasi hambatan komunikasi modern dan membina hubungan yang lebih dalam dan harmonis."

Menurut saya komunikasi pribadi adalah cara kita berinteraksi dan membangun hubungan yang bermakna. Kemampuan untuk mendengarkan dengan baik dan menyampaikan pesan secara jelas sangat penting untuk memperkuat hubungan. Meskipun teknologi memudahkan komunikasi, interaksi tatap muka tetap diperlukan untuk membangun hubungan yang lebih dalam. Selain itu, komunikasi pribadi juga mendukung pengembangan diri dan kemampuan beradaptasi dengan berbagai budaya.

METODE PENELITIAN

Studi ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan kajian pustaka. Kajian pustaka dipilih karena dapat memberikan pemahaman mendalam tentang komunikasi antarpribadi dengan menyelidiki literatur yang ada. Sumber data utama untuk penelitian ini mencakup berbagai bentuk literatur, seperti buku, artikel ilmiah, jurnal, dan penelitian sebelumnya yang relevan dengan topik komunikasi antarpribadi. Fokus penelitian ini adalah pada karya-karya yang diterbitkan pada tahun 2020-an untuk memastikan bahwa informasi yang digunakan relevan dan akurat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis konsep dan penerapan komunikasi antarpribadi dalam konteks sosial dan profesional. Komunikasi antarpribadi memainkan peran penting dalam mengembangkan hubungan di lingkungan pribadi maupun profesional. Dalam studi ini, penulis akan menggunakan pendekatan kajian pustaka untuk memeriksa teori-teori dan konsep-konsep yang berkaitan dengan komunikasi antarpribadi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Definisi dan Karakteristik Komunikasi Antarpribadi

1. Pengertian Komunikasi antarpribadi

Berikut beberapa ahli mengartikan istilah komunikasi antarpribadi menurut cara pandangannya masing-masing yakni:

- R. Wayne Pace : menggambarkan komunikasi antarpribadi sebagai proses yang terjadi antara dua orang atau lebih secara tatap muka, yang memungkinkan komunikator untuk menyampaikan pesan secara langsung dan memberi kesempatan kepada penerima untuk merespons pada saat yang bersamaan (Pace, 2021).

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

- Barnlund : menggambarkan komunikasi antarpribadi sebagai interaksi yang terjadi secara spontan dan tidak terstruktur antara dua orang atau lebih, yang berlangsung dalam konteks sosial yang informal (Barnlund, 2021).
- Everett M. Rogers berpendapat bahwa komunikasi antarpribadi merujuk pada pertukaran informasi dari mulut ke mulut yang terjadi dalam interaksi tatap muka di antara beberapa orang, sehingga pesan dapat disampaikan dan diterima secara langsung (Rogers, 2020).

2. Karakteristik Komunikasi Antarpribadi

Karakteristik komunikasi antarpribadi mencakup beberapa elemen kunci yang membedakannya dari jenis komunikasi lainnya:

- a. Interaksi Langsung : Komunikasi antarpribadi dimulai melalui interaksi langsung di antara individu. Dalam konteks ini, pengalaman dan persepsi masing-masing individu memainkan peran penting dalam membentuk cara mereka berkomunikasi (Roudhonah, 2020).
- b. Kedekatan Fisik : Komunikasi memerlukan kedekatan fisik antara orang-orang yang terlibat. Berada dalam jarak yang dekat memungkinkan pengirim dan penerima untuk berinteraksi dengan lebih efektif (Senjaya, 2020).
- c. Sifat Transaksional : Komunikasi antarpribadi memiliki karakter transaksional, yang berarti kedua belah pihak secara bersamaan mengirim dan menerima informasi. Hal ini mendorong terjadinya dinamika interaksi yang hidup (Roudhonah, 2020).
- d. Aspek Emosional : Komunikasi antarpribadi ditandai dengan adanya elemen emosional, di mana perasaan dan pemahaman memainkan peran utama dalam interaksi (Senjaya, 2020).
- e. Proses Dinamis : Proses komunikasi ini memiliki karakter dinamis, di mana dapat berubah sesuai dengan konteks, lingkungan, dan hubungan antarindividu (Roudhonah, 2020).
- f. Umpan Balik Langsung : Dalam komunikasi antarpribadi, umpan balik dapat diperoleh secara langsung, yang memungkinkan pihak-pihak yang terlibat untuk segera mengetahui apakah pesan mereka dipahami dengan benar (Senjaya, 2020).
- g. Keterlibatan Pihak-Pihak : Komunikasi antarpribadi melibatkan pihak-pihak yang saling bergantung satu sama lain dalam proses komunikasi, sehingga menciptakan hubungan yang lebih mendalam antara pengirim dan penerima pesan (Roudhonah, 2020).
- h. Pengaruh Budaya : Faktor budaya memiliki pengaruh yang signifikan dalam komunikasi antarpribadi, karena menentukan cara individu mengekspresikan diri dan memahami pesan dari orang lain (Senjaya, 2020).

B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Komunikasi Antarpribadi

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

Berbagai faktor dapat memengaruhi efektivitas komunikasi ini, baik dari sisi internal maupun eksternal. Berikut adalah beberapa faktor penting yang memengaruhi komunikasi antarpribadi:

a. Konsep Diri (*Self-Concept*)

Konsep diri adalah pemahaman seseorang tentang siapa dirinya. Pemahaman ini memengaruhi cara seseorang berinteraksi dengan orang lain. Konsep diri yang positif memberikan rasa percaya diri dan mendorong komunikasi yang baik. Sebaliknya, konsep diri negatif bisa menyebabkan rasa cemas dan kecenderungan menghindari komunikasi (Mulyana, 2020).

Contoh : Seorang siswa yang percaya diri tidak akan takut untuk bertanya di kelas meskipun mungkin salah.

b. Empati (*Empathy*)

Empati adalah kemampuan untuk memahami perasaan dan situasi orang lain. Dengan melihat dari sudut pandang orang lain, seseorang dapat mengurangi kesalahpahaman dan membangun hubungan yang lebih erat (Hafied, 2020).

Contoh : Pemimpin yang memiliki empati akan mendengarkan keluhan bawahannya dan memberikan dukungan yang sesuai.

c. Konteks Budaya (*Cultural Context*)

Budaya memengaruhi gaya komunikasi. Dalam budaya high-context, isyarat nonverbal lebih penting, sedangkan dalam budaya low-context, pesan disampaikan secara jelas dan langsung (Rahardjo & Lestari, 2020).

Contoh : Di Indonesia, seringkali seseorang berkata “nanti saja” sebagai cara halus untuk menolak, sementara di negara Barat, penolakan biasanya disampaikan secara langsung dengan kata “tidak.”

d. Keterampilan Berkomunikasi (*Communication Skills*)

Keterampilan komunikasi mencakup kemampuan berbicara, mendengarkan, serta menggunakan isyarat nonverbal seperti gerak tubuh. Orang dengan keterampilan ini dapat menyampaikan pesan secara jelas dan mengurangi kesalahpahaman (Putri & Suryadi, 2020).

Contoh : Seorang pemimpin yang menggunakan senyuman dan anggukan saat berbicara menunjukkan keterbukaan dan membangun kepercayaan.

e. Pengaruh Teknologi (*Technology Influence*)

Teknologi digital telah mengubah cara komunikasi. Media sosial dan aplikasi pesan memungkinkan interaksi tanpa batas jarak, tetapi terkadang sulit untuk menyampaikan emosi dengan tepat (Santoso & Nugraha, 2021).

Contoh : Pesan teks sering kali salah dimengerti karena tidak ada nada suara atau ekspresi wajah yang menyertainya.

f. Kepercayaan (*Trust*)

Kepercayaan adalah dasar penting untuk komunikasi yang baik. Tanpa kepercayaan, orang cenderung tertutup dan defensif. Kepercayaan dibangun secara bertahap melalui kejujuran dan tindakan yang konsisten (Gunawan, 2021).

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

Contoh : Karyawan yang percaya kepada atasannya akan lebih mudah menyampaikan pendapat atau masalah tanpa rasa takut.

g. Model Transaksional (*Transactional Model*)

Model transaksional menggambarkan komunikasi sebagai proses dua arah, di mana pengirim dan penerima terlibat aktif dalam interaksi. Umpan balik dari lawan bicara sangat penting untuk memastikan pesan dipahami dengan benar (Barnlund, 2021).

Contoh : Dalam diskusi kelompok, anggota yang aktif bertanya atau memberikan komentar membantu meningkatkan efektivitas komunikasi.

h. Lingkungan Fisik dan Psikologis (*Physical and Psychological Environment*)

Faktor seperti kebisingan, tata ruang, suasana hati, dan tingkat stres dapat memengaruhi kualitas komunikasi. Lingkungan yang nyaman membantu meningkatkan konsentrasi dan memper lancar dialog (Hafied, 2020).

Contoh : Rapat yang diadakan di ruangan yang tenang dan rapi akan berjalan lebih produktif dibandingkan di tempat yang berisik.

i. Hubungan Interpersonal (*Interpersonal Relationship*)

hubungan antarindividu memengaruhi isi dan kedalaman komunikasi. Hubungan yang baik menciptakan percakapan yang terbuka dan penuh kepercayaan, sedangkan hubungan yang buruk cenderung menghasilkan konflik atau kesalahpahaman (Pace, 2021).

Contoh : Dengan teman dekat, kita dapat berkomunikasi secara singkat namun tetap saling memahami.

j. Tujuan Komunikasi (*Purpose of Communication*)

Komunikasi memiliki berbagai tujuan, seperti menyampaikan informasi, meyakinkan orang lain, atau mempererat hubungan. Setiap tujuan menentukan pendekatan dan cara penyampaian pesan yang berbeda (Mulyana, 2020).

Contoh : Dalam presentasi bisnis, penting untuk fokus pada data yang relevan, sementara dalam percakapan santai, tujuannya lebih kepada mempererat hubungan.

C. Pentingnya Komunikasi Antarpribadi dalam Kehidupan Sehari-hari

Komunikasi antarpribadi adalah elemen penting dalam kehidupan sehari-hari yang berperan dalam membangun dan mempertahankan hubungan sosial. Berikut adalah beberapa alasan yang menunjukkan pentingnya komunikasi antarpribadi dalam kehidupan sehari-hari:

a. Membangun Hubungan yang Harmonis

Komunikasi antarpribadi adalah kunci untuk menjaga hubungan yang baik dalam keluarga, di tempat kerja, dan dalam masyarakat. Dalam teori Relational Development yang dikemukakan oleh Knapp, pembangunan hubungan memerlukan keterampilan mendengarkan aktif, empati, dan keterbukaan (Hafied, 2020). Komunikasi yang baik menciptakan hubungan yang stabil, sementara kurangnya komunikasi dapat menyebabkan masalah dan konflik.

Contoh : Orang tua yang mendengarkan anaknya dengan empati dapat menciptakan rasa aman, sehingga anak lebih nyaman mengungkapkan perasaannya.

b. Menyelesaikan Konflik dengan Pendekatan Konstruktif

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

Perbedaan pendapat atau harapan sering menyebabkan konflik, tetapi komunikasi yang baik dapat membantu menyelesaikannya. Memberikan dan menerima umpan balik memungkinkan pemahaman yang lebih baik atas sudut pandang orang lain (Barnlund, 2021). Kemampuan untuk mendengarkan secara aktif dan mengungkapkan pendapat dengan jelas adalah kunci untuk menemukan solusi yang memuaskan semua pihak.

Contoh : Diskusi antara atasan dan bawahan di tempat kerja dapat membantu mereka memahami satu sama lain dan menemukan solusi terbaik untuk konflik yang muncul.

c. Meningkatkan Produktivitas Tim

Komunikasi adalah elemen penting untuk mendukung kerja tim yang efisien. Gunawan (2021) menyatakan bahwa instruksi yang jelas dan umpan balik yang membangun dapat meningkatkan produktivitas tim. Lingkungan dialog yang terbuka meningkatkan motivasi dan kolaborasi tim.

Contoh : Seorang pemimpin yang mendorong semua anggota tim untuk memberikan pendapat menciptakan suasana rapat yang lebih bermanfaat dan produktif.

d. Memperdalam Pemahaman Antarbudaya

Dalam dunia yang semakin global, memahami perbedaan budaya sangat penting. Menurut teori Edward T. Hall, membedakan antara budaya High-context (implisit) dan Low-context (eksplisit) adalah kunci untuk menghindari konflik dan membangun hubungan yang lebih harmonis. Memahami latar belakang budaya membantu menghindari kesalahpahaman dalam komunikasi antarbudaya.

Contoh : Dalam bisnis internasional, memahami preferensi komunikasi implisit budaya Jepang dapat membuat negosiasi lebih lancar.

e. Mendukung Kesehatan Mental

Berkomunikasi dengan orang lain dapat membantu mengurangi stres dan menjaga keseimbangan emosi. Menurut Mulyana (2020), percakapan adalah cara penting untuk mempertahankan stabilitas psikologis. Dengan berbicara, seseorang dapat merasakan dukungan dan mendapatkan rasa lega emosional.

Contoh : Mengungkapkan masalah pribadi kepada teman dapat meringankan beban dan memberikan pandangan baru.

f. Menyesuaikan Diri dengan Perkembangan Teknologi

Di era teknologi digital yang terus berkembang, komunikasi antarpribadi tetap memiliki peran penting. Santoso & Nugraha (2021) menjelaskan bahwa, meskipun media seperti pesan teks dan media sosial mempermudah komunikasi jarak jauh, percakapan langsung tetap lebih efektif untuk membangun hubungan emosional. Terlalu mengandalkan teknologi dapat mengurangi kedalaman komunikasi. Ekspresi wajah dan nada suara dalam percakapan langsung membantu membangun kepercayaan.

Contoh : Dalam diskusi penting, seperti memberikan evaluasi kinerja karyawan, berbicara langsung lebih efektif daripada hanya mengirim email.

g. Memengaruhi dan Meyakinkan Orang Lain

Kemampuan komunikasi antarpribadi juga meningkatkan kemampuan untuk memengaruhi atau meyakinkan orang lain. Pace (2021) menyebutkan bahwa memahami kebutuhan dan ekspektasi audiens adalah kunci untuk menyampaikan

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

pesan yang efektif. Komunikasi memerlukan pendekatan yang mempertimbangkan latar belakang dan nilai-nilai budaya audiens. Hal ini dapat meningkatkan daya tarik dan keefektifan pesan. Kemampuan untuk meyakinkan orang lain dapat diterapkan dalam berbagai situasi, seperti negosiasi, pendidikan, atau kehidupan keluarga.

Contoh : Dalam presentasi bisnis, pembicara yang percaya diri dan menggunakan data atau contoh konkret lebih mampu menarik perhatian audiens dan memperoleh dukungan.

D. Tujuan Komunikasi Antar Pribadi

Tujuan dari komunikasi antarpribadi sangat penting karena dapat memengaruhi hubungan sosial, pemahaman, dan kolaborasi antara individu. Berikut adalah beberapa tujuan utama dari komunikasi antarpribadi:

- a. **Membangun dan Mempertahankan Hubungan**
Salah satu tujuan utama komunikasi antarpribadi adalah menciptakan dan memperkuat hubungan. Pertukaran komunikasi yang teratur mendukung rasa saling percaya, keterbukaan, dan kedekatan emosional di antara para pihak (Mulyana, 2020; Hafied, 2020).
Contoh : Pasangan yang berbicara dengan jujur dan rutin dapat mempertahankan hubungan yang harmonis dan stabil.
- b. **Menyampaikan Informasi**
Komunikasi antarpribadi memungkinkan berbagi informasi penting dengan cara yang jelas dan langsung. Ini sangat berguna dalam situasi yang memerlukan penjelasan tambahan atau diskusi (Hafied, 2020; Mulyana, 2020).
Contoh : Seorang guru yang menjelaskan materi kepada muridnya secara visual dan mendalam memastikan bahwa mereka lebih mudah memahami pelajaran.
- c. **Mengekspresikan Perasaan dan Pikiran**
Komunikasi digunakan untuk menyampaikan emosi seperti kegembiraan, kesedihan, atau kekhawatiran. Hal ini membantu memperkuat hubungan emosional dan membangun pemahaman yang lebih dalam antara pihak-pihak yang berkomunikasi (Pace, 2021; Rogers, 2020).
Contoh : Seseorang yang berbicara tentang tantangan pribadinya kepada teman sering merasa didukung dan dimengerti.
- d. **Meyakinkan dan Memotivasi Orang Lain**
Komunikasi antarpribadi juga digunakan untuk meyakinkan orang lain tentang suatu ide atau memotivasi mereka. Keberhasilan dalam hal ini bergantung pada kemampuan komunikator untuk memahami kebutuhan dan sudut pandang audiens (Rogers, 2020; Pace, 2021).
Contoh : Seorang pemimpin yang inspiratif dapat mendorong anggota timnya untuk mencapai tujuan bersama dengan semangat.
- e. **Menyelesaikan Konflik**

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

Komunikasi adalah alat yang efektif untuk mengatasi konflik dan menghapus kesalahpahaman. Dengan mendengarkan secara hormat dan berbicara dengan jelas, solusi bersama dapat ditemukan (Rahardjo & Lestari, 2020; Mulyana, 2020).

Contoh : Diskusi antara dua rekan kerja dengan pandangan berbeda dapat membantu meredakan ketegangan dan mencapai kesepakatan bersama.

f. Memenuhi Kebutuhan Sosial dan Psikologis

Komunikasi antarpribadi membantu seseorang merasa diterima dan dihargai. Hal ini mendukung kesejahteraan sosial dan membantu membangun hubungan yang lebih baik (Rahardjo & Lestari, 2020; Mulyana, 2020).

Contoh : Seorang karyawan yang berkomunikasi secara aktif dengan rekan-rekannya sering merasa lebih termotivasi dan terlibat dalam timnya.

g. Memberikan Hiburan dan Relaksasi

Komunikasi antarpribadi sering kali bertujuan menciptakan suasana santai atau menyediakan hiburan. Humor dan percakapan santai dapat membantu mengurangi stres dan memperkuat hubungan (Santoso & Nugraha, 2021).

Contoh : Tertawa bersama teman menciptakan kenangan positif dan memperkuat koneksi emosional.

E. Hambatan dan Solusi Komunikasi Antar Pribadi

Komunikasi antarpribadi merupakan bagian penting dalam kehidupan sehari-hari, tetapi tidak lepas dari berbagai hambatan. Hambatan-hambatan ini dapat mengganggu aliran informasi, pemahaman, dan hubungan emosional antara pihak yang berkomunikasi. Berikut adalah hambatan-hambatan umum beserta solusi dalam komunikasi antarpribadi:

a. Hambatan Bahasa

Perbedaan bahasa, penggunaan istilah yang sulit dipahami, atau keterbatasan kemampuan berkomunikasi dapat memicu kesalahpahaman. Mulyana (2020) menjelaskan bahwa hambatan ini sering terjadi ketika para pelaku komunikasi memiliki latar belakang bahasa atau cara berbicara yang berbeda.

Contoh : Seorang karyawan yang menggunakan istilah teknis mungkin membingungkan rekan kerja yang tidak memahami istilah tersebut.

Solusi : Menggunakan bahasa yang jelas, sederhana, dan menghindari istilah yang terlalu rumit dapat membantu mengatasi hambatan ini.

b. Perbedaan Budaya

Nilai, norma, dan kebiasaan budaya yang berbeda memengaruhi cara seseorang berkomunikasi. Rahardjo & Lestari (2020) menunjukkan bahwa budaya high-context lebih mengandalkan komunikasi nonverbal, sedangkan budaya low-context lebih langsung dan eksplisit.

Contoh : Di Jepang (high-context), isyarat nonverbal sangat penting, sementara di Jerman (low-context), pesan langsung dan eksplisit lebih diutamakan.

Solusi : Kesadaran akan perbedaan budaya dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan gaya komunikasi yang berbeda sangat diperlukan untuk menghindari kesalahpahaman.

c. Hambatan Emosional

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

Emosi yang kuat seperti marah, cemas, atau stres dapat mengurangi kemampuan seseorang untuk berkomunikasi secara efektif. Pace (2021) mencatat bahwa situasi emosional sering kali menyebabkan pesan yang disampaikan menjadi tidak lengkap atau tidak jelas.

Contoh : Seorang karyawan yang merasa stres mungkin kesulitan menyampaikan ide-idenya dengan jelas dalam rapat.

Solusi : Mengelola emosi dengan baik dan menciptakan suasana percakapan yang tenang dapat membantu mengurangi hambatan ini.

d. Kurangnya Kemampuan Komunikasi

Kurangnya keterampilan seperti mendengarkan secara aktif, berbicara dengan jelas, atau menggunakan isyarat nonverbal dapat mengurangi efektivitas komunikasi (Hafied, 2020).

Contoh : Seorang manajer yang berbicara monoton dan tidak membuat kontak mata mungkin gagal menyampaikan pesannya dengan baik.

Solusi : Melatih keterampilan seperti mendengarkan aktif, berbicara dengan jelas menggunakan bahasa tubuh secara sadar dapat meningkatkan kualitas komunikasi.

e. Tantangan Teknologi

Meskipun media digital memudahkan komunikasi, teknologi juga dapat mengurangi kedalaman emosi dan pemahaman pesan. Santoso & Nugraha (2021) menekankan bahwa pesan teks sering kali kehilangan nada atau konteks nonverbal, sehingga mudah disalahartikan.

Contoh : Sebuah pesan penting yang dikirim melalui teks dapat disalahpahami tanpa konteks atau intonasi yang tepat.

Solusi : Untuk diskusi yang kompleks atau topik yang sensitif, percakapan tatap muka atau panggilan video lebih disarankan.

f. Faktor Fisik dan Lingkungan

Kondisi seperti kebisingan, pencahayaan yang buruk, atau lingkungan yang tidak kondusif dapat mengganggu komunikasi (Mulyana, 2020).

Contoh:

Di lingkungan kerja yang bising, sulit bagi karyawan untuk fokus dan bertukar informasi secara efektif.

Solusi : Menciptakan lingkungan kerja yang tenang dan mendukung komunikasi sangat penting untuk mengatasi hambatan ini.

g. Perbedaan Persepsi

Pandangan dan pengalaman pribadi dapat memengaruhi cara seseorang menafsirkan pesan. Rogers (2020) mencatat bahwa orang cenderung memahami pesan berdasarkan pengalaman dan keyakinan mereka sendiri, yang dapat mengubah maksud asli pembicara.

Contoh : Seorang atasan yang memberikan masukan konstruktif mungkin dianggap terlalu kritis oleh bawahannya.

Solusi : Mengomunikasikan pesan dengan jelas dan meminta umpan balik untuk memastikan pemahaman dapat membantu menghindari kesalahpahaman.

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

KESIMPULAN

Komunikasi antarpribadi merupakan elemen tak tergantikan dalam kehidupan manusia yang memungkinkan individu untuk menjalin hubungan, berbagi informasi, dan memahami satu sama lain dengan lebih baik. Dalam konteks pribadi, profesional, dan lintas budaya, komunikasi ini berkontribusi pada pembangunan hubungan sosial, penyelesaian konflik, dan kerja sama yang produktif. Komunikasi mencakup elemen verbal dan nonverbal seperti gerak tubuh, ekspresi wajah, dan intonasi suara yang bersama-sama membuat pesan lebih jelas dan lengkap.

Dalam kehidupan sehari-hari, komunikasi yang berhasil menjadi kunci hubungan yang harmonis. Di dalam keluarga, percakapan yang terbuka dan jujur memperkuat kepercayaan dan kedekatan emosional. Di tempat kerja, komunikasi yang jelas dan langsung mempermudah kolaborasi, menyelesaikan masalah, dan mendukung pencapaian tujuan bersama. Di tingkat global, komunikasi menjadi hal penting untuk menjembatani perbedaan budaya, menghindari kesalahpahaman, dan memperkuat kerja sama internasional.

Namun, komunikasi antarpribadi sering kali menghadapi berbagai hambatan. Kesalahpahaman bahasa, perbedaan budaya, pengaruh emosional, atau keterbatasan teknologi dapat menghalangi penyampaian pesan. Selain itu, faktor eksternal seperti lingkungan yang bising atau kondisi kerja yang kurang mendukung dapat mengganggu kualitas komunikasi dan menyebabkan interpretasi yang salah, yang pada akhirnya melemahkan kepercayaan antara pihak-pihak yang terlibat.

Hambatan-hambatan ini dapat diatasi melalui langkah-langkah yang tepat. Misalnya, penggunaan bahasa yang sederhana dan jelas dapat membantu menghindari kesalahpahaman dalam percakapan lintas budaya. Mendengarkan secara aktif, menunjukkan empati, dan menyadari konteks komunikasi juga dapat mempermudah pemahaman. Dalam komunikasi digital, penting untuk memilih media yang sesuai. Untuk topik yang sensitif atau bernuansa emosional, percakapan langsung atau panggilan video sering kali lebih efektif dibandingkan dengan pesan teks.

Pengembangan keterampilan komunikasi juga menjadi faktor penting untuk keberhasilan interaksi. Kemampuan seperti berbicara dengan jelas, mendengarkan secara aktif, dan penggunaan bahasa tubuh yang tepat tidak hanya meningkatkan efektivitas komunikasi tetapi juga memperdalam hubungan antarpribadi. Keterampilan ini sangat relevan di dunia kerja, di mana keberhasilan tim sangat bergantung pada seberapa baik anggota tim dapat berkomunikasi satu sama lain.

Dengan semakin berkembangnya digitalisasi, cara manusia berkomunikasi telah berubah secara signifikan. Meskipun teknologi mempermudah komunikasi jarak jauh, interaksi langsung tetap menjadi hal yang esensial untuk membangun hubungan emosional yang lebih dalam. Menemukan keseimbangan antara komunikasi digital dan tatap muka adalah langkah penting untuk menciptakan hubungan yang autentik dan berkelanjutan.

Jurnal Pendidikan Guru dan Bahasa Harapan

Volume 05 | Nomor 01 | 2025 | Edisi. Januari

Secara keseluruhan, komunikasi antarpribadi bukan hanya alat untuk menyampaikan informasi, tetapi juga fondasi untuk membangun pemahaman, kerja sama, dan inspirasi. Dengan secara sadar mengatasi hambatan komunikasi dan terus mengembangkan keterampilan interpersonal, individu dapat berinteraksi dengan lebih sukses dan membangun hubungan yang lebih kuat, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional.

DAFTAR PUSTAKA

- Mulyana, D. (2020). Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hafied, C. (2020). Komunikasi Antarpribadi. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Putri, A. N., & Suryadi, T. (2020). Komunikasi dalam Perspektif Hubungan Antarpribadi. Jakarta: Prenada Media.
- Santoso, D., & Nugraha, R. (2021). Teknologi dan Komunikasi Interpersonal di Era Digital. Bandung: Alfabeta.
- Siregar, H. (2021). Komunikasi di Era Teknologi: Tantangan dan Peluang. Medan: USU Press.
- Gunawan, R. (2021). Pengaruh Komunikasi Terhadap Produktivitas Kerja. Yogyakarta: Deepublish.
- Rahardjo, S., & Lestari, T. (2020). Komunikasi Lintas Budaya di Era Globalisasi. Surabaya: Universitas Airlangga Press.
- Pace, R. W. (2021). Interpersonal Communication: A Guide to Effective Communication. Jakarta: Penerbit Widina.
- Barnlund, D. C. (2021). A Transactional Model of Communication. Jurnal Ilmu Komunikasi.
- Rogers, E. M. (2020). Communication in Personal Relationships. Jurnal Komunikasi Indonesia.
- Roudhonah, A. (2020). Karakteristik dan Ciri-Ciri Komunikasi Antarpribadi. Diakses dari repository.uin-suska.ac.id.
- Senjaya, A. (2020). Komunikasi Antarpribadi dalam Konsep Diri Remaja dengan Orangtua Tunggal. Diakses dari ojs.serambimekkah.ac.id.