

## PENGANTAR KOMUNIKASI NON VERBAL

Winda Kustiawan, Liza Khairani, Devi Rafidayani Lubis, Dewi Lestari, Faridah Zahra  
Yassar, Aidil Bismar Albani, Farhan Zuherman, Affan Saifullah Ahmad

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Jl. Williem Iskandar Psr. V Percut Sei Tuan – Medan

Email: [windakustiawan@gmail.com](mailto:windakustiawan@gmail.com), [lizakhairani181@gmail.com](mailto:lizakhairani181@gmail.com),

[devirafidayani@gmail.com](mailto:devirafidayani@gmail.com), [dlestari0702@gmail.com](mailto:dlestari0702@gmail.com),

[faridahzahra70@gmail.com](mailto:faridahzahra70@gmail.com), [aidilbismar09@gmail.com](mailto:aidilbismar09@gmail.com), [farhanzuherman28@gmail.com](mailto:farhanzuherman28@gmail.com),

[ahmadaffan721@gmail.com](mailto:ahmadaffan721@gmail.com)

### ABSTRACT

*Verbal communication (verbal communication) is a form of communication that is conveyed by the communicator to the communicator in writing (written) or orally (oral). Verbal communication takes a big part. Because in reality, ideas, thoughts or decisions are easier to communicate verbally than nonverbally. With the hope, communicators (both listeners and readers) can more easily understand the message conveyed. While nonverbal communication (nonverbal communication) plays an important role. Much verbal communication is ineffective simply because the communicator is not making good use of nonverbal communication at the same time. Through non-verbal communication, people can draw conclusions about something about various types of human emotions, whether pleasure, hate, love, lust, and many others.*

**Keywords:** *communication, Non Verbal*

### ABSTRAK

Komunikasi verbal (verbal communication) adalah bentuk komunikasi yang disampaikan oleh komunikator kepada komunikator secara tertulis (tertulis) atau secara lisan (lisan). Komunikasi verbal mengambil bagian besar. Karena pada kenyataannya, ide, pemikiran atau keputusan lebih mudah dikomunikasikan secara verbal daripada nonverbal. Dengan harapan, komunikator (baik pendengar maupun pembaca) dapat lebih mudah memahami pesan yang disampaikan. Sedangkan komunikasi nonverbal (komunikasi nonverbal) memegang peranan penting. Banyak komunikasi verbal tidak efektif hanya karena komunikator tidak memanfaatkan komunikasi nonverbal dengan baik pada saat yang bersamaan. Melalui komunikasi non-verbal, orang dapat menarik kesimpulan tentang sesuatu tentang berbagai jenis emosi manusia, baik kesenangan, benci, cinta, nafsu, dan banyak lainnya.

**Kata Kunci:** *Komunikasi, Non Verbal*

### PENDAHULUAN

Komunikasi menjadikan unit yang sangat penting di seratus tahun lobalisasi periode ini, Komunikasi verbal (verbal communication) adalah struktur pergesekan yang disampaikan

komunikator menjelang komunikasi tambah resam tertulis (written) atau bunyi (oral). Komunikasi verbal mempunyai konsekuensi yang besar, dimana kenyataannya, ide-ide, filsafat atau keputusan, lebih mudah disampaikan secara verbal dibandingkan tambah nonverbal. Diharapkan pergesekan (dedikasi pendengar maupun pembaca) racun lebih mudah memaklumi peninggalan-peninggalan yang disampaikan. Contoh : pergesekan verbal secara bunyi bisa dilakukan tambah memeruntukkan jalan, keambut seseorang yang berkomentar menembusi telepon. Sedangkan pergesekan verbal secara aksara bisa dilakukan tambah resam tidak lanjut jarak komunikator tambah komunikasi. Proses ajakan keterangan bisa dilakukan tambah memeruntukkan teko berwarna jalan surat, lukisan, gambar, bagan dan lain-lain.

Malcolm mengeluarkan, bahwa pergesekan nonverbal berwarna kesibukan badan, tampang wajah, dan semboyan suruhan. Myers menjelaskan, bahwa pergesekan/peninggalan nonverbal adalah ekspedisi barang keterangan menjelang kelas lain menembusi semangat suara, pandangan (tatapan), tonjolan suruhan, sentuhan, dan lain-lain. Selanjutnya, Weaver mengeluarkan bahwa pergesekan nonverbal dilakukan apabila kita berinteraksi tambah kelas lain menembusi unit-unit seperti: tampang wajah, postur, suruhan, deformasi semangat suara, dan urutan kintil logat kata-kata. Effendi mencurahkan bahwa pergesekan nonverbal dilakukan tambah suruhan atau tambah semboyan gerik atau ulah tingkah ulah tanpa mencurahkan sepatah katapun, tetapi yang penting ialah harus kedapatan tujuan. Sears dan Fredmen sebagaimana dikutip oleh Rochayat dan Elvinaro mencurahkan, pergesekan nonverbal menjadikan kerangka dan resam kita membaca keterangan tanpa memperalat tonjolan.

Komunikasi non verbal (nonverbal communication) menunggui peruntukan penting. Banyak pergesekan verbal tidak berguna semata-mata karena komunikatornya tidak memeruntukkan pergesekan non verbal tambah dedikasi bagian dalam kala bersamaan. Melalui pergesekan non verbal, kelas racun mengangkat suatu kerangka ihwal suatu unit kondisi berbagai jenis citra kelas, dedikasi ide senang, benci, cinta, kangen dan seumpama jenis citra lainnya. Kaitanya tambah bumi bisnis.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif. “metodologi adalah proses, prinsip dan prosedur yang kita gunakan untuk mendeteksi problem dan mencari jawaban.

Menurut Sugiyono metode penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian yang digunakan untuk meneliti pada objek yang alamiah dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, teknik, pengumpulan data yang dilakukan secara gabungan, analisis dan bersifat induktif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi.

## **PEMBAHASAN**

### **Pengantar Komunikasi Non verbal**

Komunikasi non-verbal adalah komunikasi di mana pesan disajikan dalam bentuk non-verbal. Dalam kehidupan nyata, komunikasi nonverbal lebih banyak digunakan daripada komunikasi verbal. Dalam komunikasi yang hampir otomatis, komunikasi non-verbal

digunakan. Dengan demikian, komunikasi nonverbal bersifat permanen dan selalu ada. Komunikasi nonverbal lebih jujur dalam mengungkapkan apa yang ingin Anda katakan karena bersifat spontan. Nonverbal juga dapat dipahami sebagai tindakan manusia yang sengaja dikirim dan ditafsirkan sebagaimana dimaksud dan mampu menimbulkan respons dari penerima. Dalam arti lain, segala bentuk komunikasi yang tidak menggunakan tanda-tanda verbal seperti ucapan, baik dalam bentuk percakapan maupun tulisan. Komunikasi nonverbal dapat berupa simbol-simbol seperti gerak tubuh, warna, ekspresi wajah, dan lain-lain. Bentuk komunikasi nonverbal itu sendiri meliputi bahasa isyarat, ekspresi wajah, kata sandi, tanda, seragam, nada suara, dan intonasi. Beberapa contoh komunikasi nonverbal:

1. Menyentuh dapat mencakup: berjabat tangan, berpegangan tangan, berciuman, menyentuh punggung, membelai, memukul, dll.
2. Gerakan tubuh Dalam komunikasi nonverbal, gerakan atau gerakan tubuh meliputi kontak mata, ekspresi wajah, gerak tubuh, dan gerak tubuh. Gestures sering digunakan untuk menggantikan sebuah kata atau frase, seperti mengangguk untuk mengatakannya, mengilustrasikan atau menjelaskan sesuatu, mengekspresikan emosi. Suara, suara, atau bahasa adalah unsur nonverbal dalam suatu tuturan, yaitu cara diucapkan. Misalnya suara, suara, keras atau lemahnya suara, kecepatan bicara, kualitas suara, intonasi dan lain-lain.
3. Chronemics, kronemik adalah bidang yang mempelajari penggunaan waktu dalam komunikasi nonverbal. Penggunaan waktu dalam komunikasi nonverbal meliputi jumlah waktu yang dianggap tepat untuk suatu kegiatan, jumlah waktu yang dianggap tepat dalam jangka waktu tertentu, dan ketepatan waktu<sup>1</sup>.

Mark L. Knapp (dalam Jalaludin, 199 ), menyebutkan lima fungsi pesan nonverbal yang berhubungan dengan pesan verbal:

- a) Pengulangan, termasuk pengulangan gagasan yang sudah disampaikan secara verbal. Misalnya, setelah mengatakan tidak, saya menggelengkan kepala.
- b) Ganti, ganti simbol kata. Misalnya, tanpa mengucapkan sepatah kata pun, kami menunjukkan persetujuan kami dengan mengangguk.
- c) Bertentangan, menolak pesan verbal atau memberi arti berbeda pada pesan verbal. Misalnya, Anda dapat "memuji" pencapaian teman dengan cemberut dan berkata, "Hebat, kamu hebat."
- d) Melengkapi, melengkapi, dan memperkaya makna pesan nonverbal. Misalnya, wajah Anda menunjukkan tingkat penderitaan yang tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata. Menekankan, menekankan atau menekankan pesan verbal. Misalnya, Anda mengungkapkan ketidaksenangan Anda ketika Anda menghancurkan meja<sup>2</sup>

## Kelola Bahasa Tubuh

Pengertian bahasa tubuh, atau komunikasi nonverbal, pertama kali ditulis secara ilmiah oleh Charles Darwin pada tahun 1872 dalam bukunya *The Expression of Emotions in Men and Animals*. Pada saat itu, masih sangat jarang melakukan studi bahasa tubuh. Baru

---

<sup>1</sup> Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling Vol.6, (Juli-Desember 2016): Hal 91, Diakses Pada Sabtu, 19 Maret 2022 pukul 16.00 Wib.

<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/alirsyad/article/downloadSuppFile/6618/999>

<sup>2</sup>Ibid, Hal 92

pada tahun 1960-an hasil penelitian mulai dipublikasikan secara luas oleh L. A. Camras, L. Lambrecht dan G.F. Michel. Pada puncaknya pada tahun 1970, Julius Fast menerbitkan sebuah buku tentang bahasa tubuh, yang merupakan rangkuman dari hasil penelitian beberapa pakar komunikasi nonverbal saat itu. Sejak itu, studi tentang bahasa tubuh berkembang pesat. Mempelajari bahasa tubuh tidaklah sulit. Anda hanya perlu lebih peka untuk melihat perubahan pada tubuh seseorang ketika orang tersebut menerima masukan atau rangsangan, baik dari dalam maupun luar tubuhnya. Perubahan emosi seseorang akan terlihat sangat jelas dari perubahan posisi dan gerakan tubuh. Perubahan ekspresi wajah, duduk, dan perubahan lainnya bisa jadi sulit dikendalikan. Secara otomatis, emosi yang muncul dari pergerakan perubahan tersebut direspon oleh alam bawah sadar. Hanya saja, terkadang, kita tidak bisa memahami perubahannya. Kami hanya melihatnya sebagai perubahan yang sia-sia. Belajar bahasa tubuh membutuhkan latihan dan pengamatan, bukan sesuatu yang bisa dikuasai dalam semalam. Keterampilan ini membutuhkan ketekunan dan pemikiran sebelumnya dalam menafsirkan sinyal dari berbagai bagian tubuh. Yang dibutuhkan adalah kemauan untuk belajar. Juga, kemampuan akan muncul dengan sendirinya.

Ada trik dalam mempelajari bahasa tubuh. Menurut penelitian dan pengamatan berbagai pakar komunikasi nonverbal, jangan pernah belajar memahami bahasa tubuh hanya dari artis atau politisi. Orang-orang dalam profesi ini paling baik dalam menutupi bahasa tubuh karena kemampuan mereka untuk memanipulasi bahasa tubuh melebihi kemampuan orang dalam profesi apa pun. Namun, bukan berarti Anda tidak bisa melihat isyarat bahasa tubuh mereka. Anda masih bisa melihatnya. Hanya saja, jika Anda baru belajar, jangan mengambil item dari kedua profesi tersebut. Pada dasarnya, hampir tidak mungkin bagi orang untuk menyembunyikan bahasa tubuh mereka. Tidak peduli seberapa pintar orang itu, reaksi bawah sadar tubuh mereka pasti akan terlihat. Kita hanya perlu peka terhadap bahasa tubuh<sup>3</sup>.

## **Perhatikan Bahasa Tubuh Orang lain**

Berikut beberapa hal yang perlu diperhatikan jika ingin membaca bahasa tubuh orang lain:

### 1. Perhatikan ekspresi wajah

Ekspresi wajah adalah bagian dari bahasa tubuh. Anda dapat mengetahui perasaan seseorang hanya dengan melihat ekspresinya. Apa yang dikatakan seseorang bisa salah atau salah. Namun, ekspresi yang dia tunjukkan lebih menunjukkan situasi yang sebenarnya. Contoh emosi yang dapat diekspresikan melalui ekspresi wajah adalah senang, sedih, marah, kaget, bingung, takut, tersinggung, kaget dan lain-lain.

### 2. Amati gerakan matanya

Ada pepatah yang mengatakan: “Mata adalah jendela hati”. Ya itu betul. Pasalnya, mata memiliki kemampuan untuk menunjukkan apa yang sedang dirasakan atau dipikirkan seseorang. Mulut bisa berbohong tapi mata tidak bisa berbohong. Memperhatikan gerakan mata berikut bisa menjadi salah satu cara untuk membaca bahasa tubuh orang lain.

- a) Seseorang yang menjaga kontak mata saat berbicara dengan Anda berarti mereka tertarik dengan topik yang sedang dibahas. Namun, jika kontak mata lama dan tajam, itu bisa mengintimidasi.
- b) Sering memutar mata menunjukkan bahwa orang tersebut bosan, tidak nyaman, atau berusaha menyembunyikan sesuatu.
- c) Orang yang berkedip lebih cepat merasa bosan, kesal, atau berbohong.

---

<sup>3</sup>Dianata Eka Putra. 2008, *membaca pikiran orang lewat bahasa tubuh*. Bandung: Mizan Group

- d) Bagian mata yang paling gelap (pupil) melebar, menunjukkan bahwa orang tersebut tertarik atau senang dengan objek yang mereka lihat.
- e) Mata lebar menunjukkan bahwa orang tersebut terkejut atau takut.
- f) Mata sedikit juling menunjukkan bahwa orang tersebut sedang menyelidiki sesuatu.

3. Perhatikan gerak matanya

Senyuman tidak selalu berarti suka atau duka, ternyata di balik senyuman ada banyak emosi dan makna. Salah satu cara membaca bahasa tubuh seseorang adalah dengan memperhatikan gerakan bibir berikut:

- a) Menggigit bibir menunjukkan perasaan cemas, gugup, takut, tidak aman dan depresi.
- b) Bibir yang mengerucut adalah tanda ketidaksetujuan, ketidakpercayaan, atau ketidaksetujuan.
- c) Bibir yang diturunkan menunjukkan ketidaksenangan atau kesedihan. Ujung bibir bawah juga bisa menunjukkan sikap menghina, menghina, atau merendahkan orang lain.

4. Perhatikan gerak geriknya

Gesture atau gerak tubuh adalah bahasa tubuh yang paling jelas dan paling mudah dipahami. Misalnya melambai, mengepal, menunjuk, atau membuat huruf V dengan jari. Meski begitu, membaca bahasa tubuh berdasarkan gerak tubuh tidak sama di semua negara.

5. Mengamati posisi tangan dan kaki

Mengamati posisi lengan dan kaki juga dapat digunakan sebagai sarana membaca bahasa tubuh orang lain. Misalnya, seseorang menyilangkan tangan berarti membela diri atau membela diri. Menyilangkan tangan di depan dada menunjukkan sikap berkuasa, bosan, atau marah. Selama waktu ini, menyilangkan kaki diindikasikan ketika seseorang membutuhkan keintiman. Gerakan jari atau gerakan kaki yang cepat menunjukkan perasaan gelisah, bosan, tidak sabar, atau tegang.

6. Lihat posturnya

Postur tubuh bisa menjadi cara membaca bahasa tubuh. Ternyata bisa menunjukkan kepribadian seseorang. Orang dengan postur tegak menunjukkan bahwa dia fokus dan memperhatikan apa yang dia lakukan. Saat orang tersebut duduk dengan tubuh condong ke depan atau ke sisi lain, perhatikan kebosanan dan kelesuan. Orang dengan postur terbuka dan kuat seringkali terbuka dan ramah secara alami. Di sisi lain, orang dengan postur bungkuk menunjukkan perasaan kurang antusias, ragu atau cemas.<sup>4</sup>

## Membangun Hubungan Melalui Bahasa Tubuh

Sekarang Coba bayangkan anda sedang bersinkronisasi dengan orang lain yakni ketika Interaksi yang anda lakukan berjalan dengan baik. Anda berdua sedang berada " dalam cara berpikir yang sama". Anda tidak secara persis mencerminkan bahasa tubuh orang yang tengah berinteraksi dengan anda. Anda menyamakan bahasa tubuh anda dengan mereka dan mencoba mengadopsi sikap mereka secara umum dengan caracara yang sepenuhnya alami. Setelah beberapa saat bahasa tubuh anda dengan sendirinya akan menyerupai bahasa tubuh orang yang telah berinteraksi dengan anda. Hal yang sama berlaku untuk aspek "vokal" seperti kecepatan bicara dan suara tinggi dan rendah. Anda tidak mencoba untuk sama persis

---

<sup>4</sup>Ibid Hal 8-9

dengan gaya anggukan orang yang mengganggu sinkron. Sisa gerakan tubuh dan semua gerakan tangan tampak datang secara alami dan mengikuti ritme yang sama. Anda mencondongkan tubuh ke depan untuk menunjukkan bahwa Anda mendengarkan, dan mereka akhirnya melakukan hal yang sama, memiliki hubungan yang harmonis berkat bahasa tubuh.

Kita secara naluriah cenderung melakukan kebalikan dari kata lain, yaitu menunjukkan bahasa tubuh yang negatif. Misalnya, ketika Anda merasa tidak nyaman atau tidak setuju dengan sesuatu yang dikatakan seseorang. Mungkin kita akan duduk dengan punggung menghadap kursi daripada bersandar ke depan. Sikap ini dapat memancing reaksi serupa pada lawan bicaranya. Jadi Anda perlu menyesuaikan atau meniru bahasa tubuh seseorang, tetapi bukan bahasa tubuh yang negatif. Jika Anda melihat perilaku ini muncul, sadari perasaan Anda sendiri dan kembalilah ke sikap berpikiran terbuka. Cobalah untuk tidak menjadi introvert dan terus menggunakan gaya percakapan yang terbuka, maka Anda akan cenderung melakukan percakapan yang menyenangkan dan kecil kemungkinannya untuk terus menggunakan bahasa tubuh yang tertutup.

Cara menjalin hubungan komunikasi melalui bahasa isyarat adalah:

1. Memahami konsep bahasa tubuh.

Ada beberapa cara untuk memahami konsep ini, antara lain:

- a) Gunakan bahasa tubuh yang terbuka.
- b) Identifikasi bahasa tubuh emosional.
- c) Hindari rintangan.
- d) Menyadari ketika seseorang berbohong.
- e) Pertimbangkan jarak sosial.
- f) Identifikasi pola bahasa tubuh.

2. Menggunakan isyarat untuk berkomunikasi

Ada beberapa jenis, antara lain sebagai berikut:

- a) Menggunakan isyarat tangan saat berbicara. Bergerak di sekitar ruangan.
- b) Pengenalan simbol.
- c) Memiliki postur yang baik.
- d) Nyatakan maksud Anda dengan gerakan.

3. Interpretasi ekspresi wajah

Ada beberapa cara, yaitu sebagai berikut;

- a) Menjelajahi "perbandingan mendominasi bidang visual".
- b) Gunakan kontak mata untuk mengirim pesan.
- c) Pahami dampak.
- d) Hindari pertahanan.
- e) Pemberitahuan jika tidak relevan

## **KESIMPULAN**

Komunikasi verbal adalah komunikasi yang menggunakan kata-kata, baik lisan maupun tulisan. Beberapa unsur penting dalam komunikasi verbal, yaitu: bahasa dan kata. Sedangkan komunikasi nonverbal adalah komunikasi yang pesannya dikemas dalam bentuk nonverbal, tanpa kata-kata, lebih kepada ekspresi. Bentuk komunikasi non verbal sendiri di antaranya adalah, bahasa isyarat, ekspresi wajah, sandi, symbol-simbol, pakaian seragam, warna dan intonasi suara. Beberapa contoh komunikasi non verbal:

- a. Sentuhan, Sentuhan dapat termasuk: bersalaman, menggenggam tangan, berciuman, sentuhan di punggung, mengelus-elus, pukulan, dan lain-lain.
- b. Gerakan Tubuh, Dalam komunikasi non verbal, kinesik atau gerakan tubuh meliputi kontak mata, ekspresi wajah, isyarat, dan sikap tubuh. Gerakan tubuh biasanya digunakan untuk menggantikan suatu kata atau frase, misalnya mengangguk untuk mengatakannya, mengilustrasikan atau menjelaskan sesuatu, menunjukkan perasaan.  
Vokalik, Vokalik atau paralanguage adalah unsur non verbal dalam suatu ucapan, yaitu cara berbicara. Contohnya adalah nada bicara, nada suara, keras atau lemahnya suara, kecepatan berbicara, kualitas suara, intonasi, dan lain-lain.
- c. Kronemik, Kronemik adalah bidang yang mempelajari penggunaan waktu dalam komunikasi non verbal. Penggunaan waktu dalam komunikasi non verbal meliputi durasi yang dianggap cocok bagi suatu aktivitas, banyaknya aktivitas yang dianggap patut dilakukan dalam jangka waktu tertentu, serta ketepatan waktu (punctuality).

Cara menjalin hubungan komunikasi melalui bahasa isyarat

1. Memahami konsep bahasa tubuh
2. Menggunakan isyarat untuk berkomunikasi
3. Interpretasi ekspresi wajah<sup>5</sup>

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Irsyad. *Komunikasi Verbal dan Non Verbal*. Jurnal Pendidikan dan Konseling Vol.6, (Juli-Desember 2016), Diakses Pada Sabtu, 19 Maret 2022 pukul 16.00  
Wib.<http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/alirsyad/article/downloadSuppFile/6618/999>
- Dianata Eka Putra. 2008, *membaca pikiran orang lewat bahasa tubuh*. Bandung: Mizan Group
- James Borg, *Pintar Membaca Bahasa Tubuh Orang Lain..*  
<http://www.forbes.com/sites/keldjensen/2012/06/12/the-naked-truth-how-body-language-reveals-the-real-you/>. Diakses Pada Minggu, 20 Maret 2022 pukul 14.00  
Wib.

---

<sup>5</sup>James Borg, *Pintar Membaca Bahasa Tubuh Orang Lain..*  
<http://www.forbes.com/sites/keldjensen/2012/06/12/the-naked-truth-how-body-language-reveals-the-real-you/>.  
Diakses Pada Minggu, 20 Maret 2022 pukul 14.00 Wib.