

DIMENSI DAN PRINSIP PRINSIP HUBUNGAN INTERPERSONAL MENURUT BEBEE DAN REDMOND

Deyisnil Fariadi, STAI Sabilul Muttaqin Mojokerto
e-mail: zdeyfa@gmail.com

Abstrak

Artikel ini bermaksud untuk mengetahui bagaimana dimensi dan prinsip-prinsip hubungan interpersonal serta pendekatan-pendekatan komunikasi yang dilakukan seseorang. Kita juga dapat membedakan antara hubungan dengan melihat tingkat kepercayaan, keintiman, dan kekuatan yang ada dalam hubungan. Meskipun ada banyak jenis kepercayaan, kepercayaan antarpribadi umumnya melibatkan keyakinan bahwa individu dapat mengungkapkan informasi tentang dirinya kepada orang lain karena orang lain menerima siapa dirinya dan berkomitmen pada hubungan tersebut. Keintiman adalah tingkat di mana rasa diri seseorang diterima dan dikonfirmasi oleh orang lain. Kekuatan adalah tingkat di mana seseorang dapat memengaruhi orang lain dalam arah keinginan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara mendalam, dan studi dokumen serta teknik analisis data deskriptif dengan presentase. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang ada, maka yang dapat disimpulkan dalam penelitian ini sehubungan dengan Peranan Komunikasi Interpersonal adalah sebagai berikut: (1). Secara keseluruhan peranan komunikasi interpersonal dalam meningkatkan pengetahuan disimpulkan cukup baik. (2). Bahasa yang digunakan oleh sudah sangat tepat dalam berkomunikasi. (3). Komunikasi non verbal yang dilakukan dalam berinteraksi adalah dengan menggunakan gerakan, objek tambahan, isyarat, raut dan ekspresi wajah, simbol serta intonasi suara yang bervariasi. (4). Pesan yang disampaikan dalam Komunikasi interpersonal lebih kepada konsep dan juga motivasi.

Kata Kunci: Hubungan Interpersonal, Bebee, Redmond

Pendahuluan

Pada hakikatnya komunikasi senantiasa mewarnai kehidupan manusia. Apapun peristiwa yang terjadi tidak terlepas dari komunikasi, baik itu komunikasi verbal maupun non-verbal. Komunikasi kemungkinan besar dapat memberikan peluang dan tujuan

manusia dapat tercapai sebagaimana mestinya. Sebab tanpa komunikasi, masyarakat khususnya individu tidak dapat berkembang dan maju dalam menjalani kehidupan. Komunikasi merupakan proses penyampaian informasi dari satu pihak kepada pihak lain untuk mendapatkan saling

Dimensi dan Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal menurut Bebee dan Redmond

pengertian.¹ Selain itu komunikasi adalah prasyarat kehidupan manusia karena tanpa komunikasi, interaksi antar manusia, baik secara perorangan, kelompok maupun organisasi tidak akan mungkin dapat terjadi.²

Ada tiga fungsi dasar yang menjadi penyebab mengapa manusia perlu berkomunikasi, *pertama*, adanya hasrat manusia untuk mengontrol lingkungannya. Melalui komunikasi manusia dapat mengetahui peluang-peluang yang ada untuk dimanfaatkan, dipelihara dan menghindari pada hal-hal yang mengancam alam sekitarnya. Melalui komunikasi manusia dapat mengetahui suatu kejadian bahkan dapat mengembangkan pengetahuannya, yakni belajar dari pengalamannya maupun informasi yang mereka terima dari lingkungan sekitarnya. *Kedua*, adanya upaya manusia untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Proses kelanjutan suatu masyarakat sesungguhnya tergantung bagaimana masyarakat beradaptasi dengan lingkungannya. *Ketiga*, adanya upaya untuk melakukan transformasi warisan sosialisasi. Suatu masyarakat yang ingin mempertahankan keberadaannya, maka anggota masyarakat dituntut untuk melakukan pertukaran nilai, perilaku, dan peranan.³

Dalam sebuah komunikasi terdapat adanya proses hubungan interpersonal atau hubungan antarpribadi. Hubungan interpersonal dalam kajian komunikasi disebut dengan komunikasi antarpribadi. Hubungan interpersonal adalah hubungan berkelanjutan yang dibangun oleh komunikator dengan komunikan yang dibawa dalam pemikiran hingga (kemungkinan) bermetaforis di hati pihak tersebut.

Hubungan interpersonal tidak terlepas dari proses khususnya dimensi dan prinsip-prinsip yang membangun sebuah hubungan interpersonal. Sehingga dalam hal ini akan dijelaskan, *pertama*, hubungan keadaan dan hubungan pilihan dalam hubungan interpersonal. *Kedua*, dimensi kepercayaan, kedekatan, dan kekuatan yang membangun hubungan interpersonal. *Ketiga*, kualitas komunikasi dalam hubungan interpersonal. *Keempat*, tahap terbentuknya hubungan interpersonal. *Kelima*, hubungan eskalasi dan *de-eskalasi* dalam hubungan interpersonal. Terakhir, prinsip-prinsip yang ada dalam hubungan interpersonal.

Hubungan Keadaan dan Hubungan Pilihan

Sebelumnya telah disebutkan bahwa yang dimaksud hubungan

¹ I. Wursanto, *Dasar-dasar Ilmu Organisasi* (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2005), h. 157.

² Stephen W. Littlejohn dan Karen A. Foss, *Teori Komunikasi: Theories of Human Communication*

9th ed. Penerjemah Mohammad Yusuf Hamdan (Jakarta: Salemba Humanika, 2009), h. 77.

³ Hafied Cangara, *Pengantar Ilmu Komunikasi* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2004), h. 3.

interpersonal adalah hubungan berkelanjutan yang dibangun oleh komunikator dengan komunikan yang dibawa dalam pemikiran hingga (kemungkinan) bermetaforis di hati pihak tersebut. Hubungan yang berkelanjutan ini dapat dibentuk baik karena keadaan yang tidak disengaja atau pilihan yang disengaja. Hubungan keadaan terjadi hanya karena hidup seseorang itu berdampingan dengan orang lain dalam beberapa cara. Hubungan dengan anggota keluarga, guru, teman sekelas, dan rekan kerja termasuk dalam kategori ini. Sebaliknya, ketika individu mencari dan dengan sengaja mengembangkan hubungan dengan orang lain, itu disebut dengan hubungan pilihan. Hubungan-hubungan ini misalnya kenalan, teman dekat, kekasih, pasangan, dan konselor.

Individu bertindak dan berkomunikasi secara berbeda dalam dua jenis hubungan ini. Efek dari perilaku komunikasi interpersonal yang sama pada hubungan yang berbeda bisa berakibat tertentu. Jika seseorang bertindak dengan cara yang bodoh atau tidak pantas, orang lain misalnya teman mungkin dapat mengakhiri hubungan. Namun, jika seseorang bertindak dengan cara yang sama dalam lingkungan keluarga, kerabat di dalamnya mungkin tidak begitu menyukai tindakan seseorang

tersebut, akan tetapi ia masih akan tetap menjadi keluarga.

Di sisi lain, kategori-kategori ini tidak saling eksklusif. Hubungan keadaan juga bisa menjadi hubungan pilihan, misalnya kakak atau adik juga bisa menjadi teman terbaik. Seseorang dapat memutuskan berinteraksi dengan anggota keluarga atau berhenti dari pekerjaannya untuk menjalin hubungan dengan sesama karyawan. Seorang bos mungkin dapat memecat, kerabat mungkin memutuskan, atau seorang kekasih mungkin meninggalkan.⁴

Kepercayaan, Keintiman, dan Kekuatan dalam Hubungan Interpersonal

Dalam hubungan interpersonal terdapat tiga dimensi yang selalu ada dalam berbagai tingkatan yakni kepercayaan, keintiman, dan kekuatan.

Kepercayaan

Pada dasarnya, kepercayaan antarpribadi adalah tingkat di mana seseorang merasa aman dalam mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain. Dalam hal ini ditunjukkan berbagai perilaku saling percaya, seperti mengungkapkan informasi intim tentang diri, menampilkan kerentanan atau kelemahan, dan menunjukkan kepercayaan pada orang lain. Saat hubungan berkembang, seseorang

⁴ Steven A Beebe dkk, *Interpersonal Communication: Relating to Others*, 2015, h. 206.

Dimensi dan Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal menurut Bebee dan Redmond

mencari bukti bahwa pasangannya dapat dipercaya. Seseorang mencari perilaku untuk meyakinkannya bahwa orang lain menerima perasaannya dan tidak akan mengeksploitasinya, serta orang lain akan melindungi kerentanannya dan tetap berada dalam hubungan. Perilaku ini contohnya seperti tidak menyontek, melindungi informasi yang telah individu ungkapkan tentang dirinya, dan terus menerus terlalu menunjukkan kasih sayang dan kedekatan bahkan ketika seseorang mengungkapkan informasi negatif atau yang sifatnya mengancam. Orang lain pada akhirnya, mengharapkan hal yang sama dari pasangannya tersebut. Untuk mempertahankan hubungan interpersonal yang erat, kedua partisipan perlu menunjukkan dan mengharapkan perilaku saling percaya dan dapat dipercaya.⁵

Untuk lebih jelasnya, terdapat empat macam tipe kepercayaan meliputi:

- a. Percaya pada kemampuan seseorang (akuntan): Anda percaya bahwa orang tersebut memiliki keterampilan, pengetahuan, kemauan, dan standar etika untuk melakukan pekerjaan dengan baik atau memenuhi harapan peran.
- b. Percaya pada kepedulian seseorang terhadap kesejahteraan (dokter): Anda percaya bahwa orang ini (dokter) tidak akan membahayakan

Anda ketika Anda menempatkan kesehatan, kesejahteraan, sumber daya, dan keamanan Anda di tangannya.

- c. Percaya pada pertimbangan seseorang akan informasi istimewa (konselor atau teman): Anda percaya bahwa orang yang telah Anda ungkapkan informasi pribadi tidak akan menggunakan informasi ini untuk melawan Anda.
- d. Percaya pada komitmen relasional seseorang (kekasih atau pasangan): Anda percaya bahwa ketika Anda mengungkapkan informasi pribadi, orang lain akan mengakui perasaan dan kerentanan Anda, tidak akan mengeksploitasi Anda, dan akan tetap berada dalam hubungan.

Terdapat hubungan langsung antara seberapa besar individu mempercayai orang lain dan berapa banyak potensi yang ia peroleh dari sebuah hubungan. Semakin ia percaya, semakin banyak informasi yang ingin dibagikan tentang dirinya, dan semakin dekat pula hubungan itu. Terkadang berbagi itu sifatnya selektif. Misalnya, siswa mungkin memberi tahu profesor mereka tentang masalah keluarga yang sangat pribadi, namun mereka tidak akan pernah memberi tahu jika mereka curang dalam ujian. Seorang anak mungkin memberi tahu orang tuanya tentang keuangan dan kemajuan akademiknya, tetapi ia mungkin enggan

⁵ Ibid., h. 207.

menceritakan tentang perkembangan setiap hubungan kedekatan baru yang ia rasakan.⁶

1. Keintiman

Sebagian besar dalam sebuah hubungan terdapat adanya keadaan yang tidak intim menjadi intim. Istilah “intim” biasanya dikaitkan dengan hal merujuk pada aktivitas seksual dalam suatu hubungan. Akan tetapi, dalam hal ini keintiman tidak merujuk pada kondisi tersebut melainkan sejauh mana individu dapat menjadi dirinya sendiri di depan orang lain dan masih dapat diterima olehnya. Seseorang dapat mengukur keintiman atau keakraban dengan sejauh mana orang lain memberitahunya bahwa mereka melihatnya dengan cara yang sama seperti ia memandang dirinya sendiri dan mengekspresikan perasaan positif tentang siapa dirinya. Seseorang bergantung pada hubungan intim untuk meningkatkan kepercayaan dirinya. Semakin intim hubungan, semakin individu bergantung satu sama lain untuk menerima dan menegaskan citra dirinya.

Seseorang mengkomunikasikan rasa keintimannya secara langsung dan tidak langsung, secara verbal dan nonverbal. Seseorang mungkin

memberi tahu orang lain bagaimana perasaannya, tentang dia dan betapa ia menghargai hubungan itu. Seseorang juga dapat menggunakan berbagai isyarat nonverbal seperti kedekatan fisik, kontak mata, pemilihan kata, nada suara, kontak fisik, dan menghabiskan waktu bersama.

Semakin intim suatu hubungan, semakin kuat ikatan emosional dan semakin besar rasa saling percaya dalam komitmen hubungan. Karena individu menempatkan konfirmasi dirinya ke tangan orang lain, dengan banyak emosi yang terkait dengan mengembangkan dan mengakhiri keintiman. Perasaan “jatuh cinta” dapat menciptakan berbagai respon emosional, tergantung pada cara kita dibesarkan untuk menghadapi emosi, pengalaman emosional, dan citra diri emosionalnya. Seseorang mungkin menyambut rasa keintiman yang tumbuh dengan kegembiraan dan antusiasme, atau berpaling darinya.⁷

2. Kekuatan

Dimensi ketiga dalam hubungan interpersonal adalah kekuatan. Individu mungkin tidak menyadarinya, tetapi mendistribusikan kekuatan diantara pasangan membutuhkan banyak negosiasi secara perlahan.

⁶ Steven A Beebe dkk, *Interpersonal Communication: Relating to Others*, 2015, h. 208.

⁷ Ibid., h. 209.

Dimensi dan Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal menurut Bebee dan Redmond

Kemampuan seseorang untuk melakukannya dengan sukses adalah faktor utama dalam mengembangkan hubungan. Dalam hal ini, kekuatan interpersonal berarti kemampuan seseorang untuk mempengaruhi orang lain ke arah yang ia inginkan untuk membuat orang lain melakukan apa yang diinginkan.

Dalam beberapa hubungan, seperti guru ke siswa atau dokter ke pasien, ada ketidakseimbangan kekuasaan yang telah ditentukan sebelumnya. Hubungan seperti ini disebut hubungan komplementer. Dalam hubungan ini, satu pasangan dengan rela menyerahkan kekuasaan kepada orang lain. Misalnya, jika salah satu pasangan mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan, dia mungkin akan belum nyaman membiarkan pasangan lain melakukan sebagian besar pembelian dan merencanakan sebagian besar kegiatan untuk rumah tangga. Dalam hubungan paralel, kekuasaan terus berpindah dari satu pasangan ke yang lain, tergantung pada sifat interaksi atau situasi. Misalnya, jika salah satu pasangan bertugas menjaga keuangan tetap lancar, lainnya akan memiliki lebih banyak kekuatan dalam memutuskan *budget*. Jika pasangan lainnya lebih baik masak, salah satunya mungkin

akan mengerahkan lebih banyak kekuasaan atas keputusan tentang menu. Dalam hal ini, terdapat usaha untuk mencoba menyamakan kekuatan dalam hubungan dan membuatnya simetris. Terkadang setiap pasangan merasa seolah-olah memiliki kekuatan yang sama atas setiap keputusan, biasanya mereka bersaing satu sama lain, dan tidak ada yang mau mengalah kepada yang lain.⁸

Kualitas Komunikasi dalam Hubungan Interpersonal

Salah satu cara terpenting untuk menguji hubungan adalah menurut kualitas komunikasi yang terkait dengannya. Tim peneliti Irwin Altman dan Dalmas Taylor mengidentifikasi delapan kualitas komunikasi yang sangat sesuai dengan tingkat keintiman atau tahap perkembangan hubungan interpersonal.⁹

Tabel 1
Kualitas Komunikasi dalam Hubungan Interpersonal

Movement with Decay	Movement with Growth
Topik yang dibahas itu terbatas (<i>Narrow</i>)	Topik yang dibahas beragam (<i>Broad</i>)
Menggunakan gaya komunikasi yang otomatis dan standar dalam	Menggunakan gaya komunikasi yang telah berkembang dalam hubungan

⁸ Ibid., h. 210.

⁹ Ibid., h. 213.

hubungan yang kasual (<i>Stylized</i>)	tertentu (<i>Unique</i>)
Komunikasi membutuhkan banyak usaha detail dan penjelasan yang lebih besar (<i>Difficult</i>)	Memahami makna yang tinggi berarti lebih sedikit kata yang diperlukan untuk menyampaikan ide dan perasaan (<i>Efficient</i>)
Interaksi yang sangat terpola dan terstruktur (<i>Rigid</i>)	Komunikasi disesuaikan dengan yang lain dan situasi (<i>Flexible</i>)
Komunikasi tegang dan tidak nyaman, banyak jeda berkepanjangan dan sebagainya (<i>Awkward</i>)	Komunikasi mengalir dengan bebas. Interaksi tampaknya terkelola sendiri (<i>Smooth</i>)
Segala sesuatu dikatakan pada siapapun (terbuka). Informasi publik itu dibagikan (<i>Public</i>)	Informasi sangat pribadi. Interaksi ini pribadi dan tidak dimaksudkan untuk sembarang orang (<i>Personal</i>)
Interaksinya hati-hati dan penuh keraguan. Ada ketidakpastian tentang apa yang dikatakan (<i>Hesitant</i>)	Interaksinya cepat dan tanpa banyak keraguan (<i>Spontaneous</i>)
Menahan diri untuk berbagi apa yang dipikirkan kepada yang lain (<i>Overt</i>)	Membagikan persepsi dan evaluasi kepada orang lain (<i>Overt Judgment Given</i>)

Judgment Suspended

Tabel di atas menunjukkan bahwa ketika suatu hubungan menjadi lebih intim, komunikasi bergerak dari delapan kualitas pada *relationship growth* bersifat pribadi. Dalam hubungan yang diawali *relationship decays*, sebaliknya terjadi, komunikasi menjadi kurang terbuka dan kurang pribadi. Sebagian besar interaksi terletak di suatu tempat antara dua kutub, dan semua interaksi individu dapat dikategorikan secara berbeda, bahkan jika terjadi dalam hubungan yang sama. Misalnya, seorang paman atau bibi yang jarang dikunjungi keponakan. Percakapan itu mungkin sempit. Kemungkinan berbicara tentang sekolah, kegiatan keluarga masa lalu, dan kerabat lainnya, tetapi benar-benar tidak masuk ke masalah pribadi. Namun, mengingat keakraban anak dengan satu sama lain, komunikasi mungkin menjadi lancar, efisien, fleksibel, dan unik. Secara umum, semakin stabil suatu hubungan, maka semakin berkualitas seluruh interaksi.

Tim peneliti lain mengklasifikasikan delapan kualitas komunikasi di atas menjadi tiga macam sifat, yakni personalisasi, sinkronisasi, dan kesulitan. Personalisasi adalah tingkat dimana komunikasi tersebut mencakup hal-hal yang hanya diketahui oleh tiap individu dan hubungan mereka. Misalnya, menggunakan nama pribadi dan berbagi informasi pribadi.

Dimensi dan Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal menurut Beebe dan Redmond

Sinkronisasi adalah tingkat dimana dua individu dikoordinasikan dalam sebuah alur dan mengelola interaksi mereka. Misalnya, bicara tanpa henti, pembahasannya cepat dan mudah dari topik ke topik. Kesulitan adalah tingkat ketegangan dan problem yang nyata dalam interaksi dan mengurangi kontak mata. Misalnya, mengeraskan suara dan saling mengata-ngatai.¹⁰

Tahap-tahap Hubungan Interpersonal

Dalam sebuah hubungan akan melewati tahap-tahap yang jelas bergerak menuju dan menjauh dari keintiman yang lebih besar. Proses ini disebut sebagai pengembangan hubungan. Untuk lebih jelasnya, berikut model pembanding dalam tahap hubungan:

Tabel 2
Model Pembanding dalam Tahap Hubungan

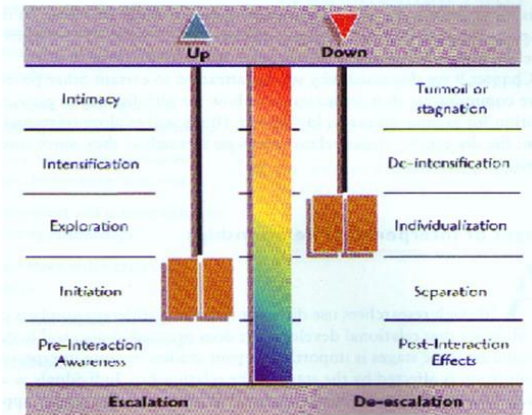
Our Model	Knapp	DeVito	Rubenstein	Wood
Kesadaran pra-interaksi				Individu, sendiri, dan reseptif
Permulaan atau inisiasi	Memulai	Kontak	Permulaan atau inisiasi	Komunikasi yang mengundang

Eksplorasi	Eksperimen (penjajakan)		Eksplorasi	Komunikasi eksplorasi
Peningkatan	Memperkuat atau penggantian	Keterlibatan	Intensifikasi	Penggatan atau memperkuat
Keakraban (intim)	Pengintingan atau penggantian	Keakraban (intim)	Formalisasi, Redefinisi	Pengikatan
Gejala k/stagnasi	Pembinaan			Pembinaan
De-intensifikasi	Pembatasan atau stagnasi	Perusakan	Kemunduran	Penghancuran
Individualisasi	Penghindaran			Stagnasi
Perpisahan	Pemutusan	Pembubaran/putus		Pemutusan
Dampak interaksi				Sendiri

Tabel di atas, menunjukkan beberapa term dan tahap peneliti yang telah digunakan untuk menggambarkan perkembangan hubungan. Didalamnya meskipun mereka menggunakan syarat dan

¹⁰ Ibid., h. 215.

jumlah tahap yang berbeda, semua setuju bahwa pembangunan dan pengembangan hubungan sudah mulai pada tahap yang bisa dilihat. Memahami tingkat ini penting bagi



individu karena komunikasi antarpribadi dipengaruhi oleh tahap hubungan.

Dalam hal ini, istilah komunikasi antarpribadi untuk memajukan hubungan saat beralih dari kenalan, ke teman, maupun ke kekasih. Orang luar biasanya mengetahui pada tahap apa hubungan itu terjadi dengan mengamati komunikasi interpersonal. Saat hubungan bergerak dari tahap satu ke tahap lainnya, individu menggunakan tanda untuk mengindikasikan perubahan dalam mendefinisikan hubungan tersebut. Individu mungkin memberikan tanda untuk membiarkan teman-temannya tahu bahwa hubungannya “berjalan stabil”. Seringkali penanda ini menunjukkan peristiwa atau interaksi titik balik yang terkait dengan positif

atau negatif perubahan dalam suatu hubungan. Pertemuan pertama, kencan pertama, ciuman pertama, seks pertama, mengatakan “*I Love You*” untuk pertama kalinya, bertemu keluarga pasangan, pergi bersama di suatu tempat, mengimbangi setelah adanya konflik, bergerak bersama, memberikan bantuan ketika krisis, atau menyediakan hadiah mungkin mengindikasikan suatu hubungan terus berjalan.¹¹

Hubungan Eskalasi dan De-Eskalasi

Hubungan eskalasi dan de-eskalasi dapat dilihat pada gambar di bawah ini.

Gambar 1
Model Pembangunan Hubungan
(Eskalasi dan de-Eskalasi)

Pada hubungan eskalasi yang ada pada gambar di atas, yang pertama adalah interaksi awal tahap kesadaran atau pra-interaksi. Di sini, seseorang berbicara dengan orang lain tentang dirinya tanpa interaksi langsung. Memperoleh informasi tentang orang lain tanpa berinteraksi langsung dengan mereka adalah strategi pasif untuk memperoleh pengetahuan. Melalui pengamatan pasif, individu membentuk kesan awal. Ia mungkin tidak bergerak melampaui tahap kesadaran pra-interaksi jika kesan itu tidak menguntungkan atau situasinya tidak benar.

¹¹ Ibid., h. 216.

Dimensi dan Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal menurut Bebee dan Redmond

Jika ia tertarik dengan orang lain dan situasinya benar, ia dapat melanjutkan ke tahap inisiasi, yang merupakan salah satu titik balik pertama dalam suatu hubungan. Pada tahap ini, interaksi biasanya adalah rutin, dimana individu mungkin merespons sejumlah pertanyaan standar selama empat menit pertama percakapan, berpegang teguh pada topik yang aman dan dangkal, dan menghadirkan "diri" kepada orang lain. ia dan pasangannya sekarang naik lift bersama, dan keputusan apa pun tentangnya apakah lift harus naik, turun, atau tidak ada yang saling menguntungkan untuk sisa perjalanan. Individu tidak akan pernah bisa kembali ke tahap inisiasi. Setelah ia membuat kontak awal, maka ia telah membuat riwayat relasional yang akan terus ia bangun.

Jika individu memutuskan untuk pergi ke lantai berikutnya atau eksplorasi, ia akan mulai berbagi lebih mendalam informasi tentang dirinya. Tetapi ia akan memiliki sedikit kontak fisik, mempertahankan jarak sosial, dan membatasi jumlah waktu yang dihabiskan bersama. Tahap ini dapat terjadi secara bersamaan dengan tahap inisiasi.

Jika individu melanjutkan ke tahap intensifikasi, ia akan mulai saling bergantung satu sama lain dengan mengkonfirmasi diri dan terlibat lebih dalam dengan risiko mengungkapkan diri. Individu akan menghabiskan lebih banyak waktu bersama-sama,

meningkatkan berbagai kegiatan yang dibagikan, melakukan lebih banyak kontak fisik, dan menyesuaikan bahasa. Individu juga dapat mendiskusikan dan mendefinisikan kembali hubungan tersebut pada tahap ini, yang mungkin dengan memberi label titik balik pada dirinya seperti "berjalan stabil," "teman baik," atau "sahabat". Titik balik lain yang terkait dengan tahap ini mencakup keputusan untuk berkenan satu sama lain secara eksklusif, untuk menjadi teman sekamar, atau menghabiskan waktu bersama keluarga masing-masing.

Lantai teratas di gedung adalah tahap keintiman. Pada tahap ini kedua pasangan saling berkonfirmasi dan menerima konsep diri mereka. Mereka berkomunikasi secara personal dan tersinkronisasi. Mereka berbicara tentang apa saja dan semuanya. Ada arus informasi dan pengungkapan diri yang bebas. Ada sebuah komitmen untuk mempertahankan hubungan yang bahkan dapat diformalkan melalui perkawinan atau perjanjian lainnya. Pasangan berbagi pemahaman tentang satu bahasa lain dan isyarat nonverbal, dan memiliki ideal kontak fisik yang hebat. Mereka juga menggunakan lebih sedikit kata untuk berkomunikasi secara efektif, dan mereka memiliki definisi yang lebih jelas terkait peran dan hubungan mereka. Mencapai tahap ini membutuhkan waktu untuk membangun kepercayaan, waktu untuk berbagi informasi pribadi, waktu untuk

saling mengamati dalam berbagai situasi, dan waktu untuk membangun komitmen dan ikatan emosional.¹²

Namun, karena berbagai alasan, seseorang mungkin memutuskan ingin meninggalkan hubungan intim. Ketika hubungan intim tidak berjalan dengan baik, biasanya memasuki gejala atau tahap stagnasi. Gejala melibatkan peningkatan konflik, sebagai salah satu atau kedua pasangan mengakhiri untuk menemukan lebih banyak kesalahan lain. Kejelasan hubungan menurun dan menghilang. Situasi komunikasi menjadi tegang dan pertukaran itu sulit.

Stagnasi terjadi ketika hubungan kehilangan semangat dan pasangannya sepekat. Komunikasi dan kontak fisik semakin berkurang, waktu bersama yang dihabiskan lebih sedikit, tetapi tidak harus bertengkar. Pasangan dalam hubungan yang stagnan cenderung melalui kedekatan hubungan tanpa disertai komitmen, mereka hanya mengikuti rutinitas relasional mereka yang sudah terjadi. Seperti halnya naiknya lift ke atas, individu dapat berhenti pada titik ini di *lift* bawah dan memutuskan untuk berhenti turun. Hubungan dapat tetap dalam gejala atau stagnan lama, atau individu dapat memperbaiki, mendefinisikan kembali, atau merevitalisasi hubungan dan kembali ke keintiman. Jika gejala atau

stagnasi berlanjut, individu mungkin bergerak turun ke tahap de-intensifikasi, yakni mengurangi interaksi mereka, meningkatkan jarak fisik, emosional, dan psikologis, serta mengurangi ketergantungan mereka untuk konfirmasi diri. Mereka mungkin menemukan definisi hubungan mereka, mempertanyakan masa depannya, menilai tingkat kepuasan masing-masing pasangan hingga mengintensifikasikan hubungan dan keintiman.

Pada rantai berikutnya, tahap individualisasi, pasangan cenderung merasa kurang sebagai pasangan. Mereka tidak lagi memandang yang lain sebagai pasangan atau orang penting lainnya. Interaksinya menjadi terbatas. Perspektif berubah dari "kita" menjadi "kamu" dan "aku," dan properti didefinisikan dalam istilah "milikku" atau "milikmu" bukan milik kita. Kedua pasangan berpaling kepada orang lain untuk mengkonfirmasi diri mereka sendiri.

Di masa perpisahan (*separation*), individu membuat keputusan yang disengaja untuk menghilangkan interaksi interpersonal. Jika mereka berbagi hak anak, menghadiri pertemuan keluarga, atau bekerja di kantor yang sama, sifat interaksi mereka akan berubah. Mereka akan membagi properti, sumber daya, dan

¹² Steven A Beebe dkk, *Interpersonal Communication: Relating to Others*, 2015, h. 218.

Dimensi dan Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal menurut Beebe dan Redmond

teman. Interaksi awal dalam tahap ini sering tegang dan sulit, terutama jika hubungan telah intim.

Untuk seorang mantan, salah satu hal aneh akan perpisahan adalah pengetahuan pribadi mereka yang luas tentang satu sama lain. Pembicaraan mereka terbatas pada hal-hal yang dangkal, meskipun mereka masih banyak mengetahui tentang satu sama lain. Ini cenderung membuat tindakan antar keduanya cukup tidak nyaman.

Lantai di lift bawah adalah tahap pasca-interaksi. Lantai ini mewakili efek jangka panjang hubungan pada diri seseorang. Steve Duck mengaskan bahwa pada tahap akhir dari pemutusan hubungan seseorang terlibat dalam "ganti rugi". Terkadang perasaan diri seseorang akan hancur selama beberapa akhir suatu hubungan, dan ia harus berusaha dengan keras untuk mendapatkan kembali kesehatan dirinya.¹³

Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal

Setelah dibahas beberapa dimensi, dan tahapan yang terkait dengan hubungan interpersonal atau antarpribadi. Selanjutnya akan dijelaskan prinsip-prinsip yang menggambarkan secara lebih spesifik dalam sebuah hubungan interpersonal.

1. Hubungan interpersonal adalah proses

Sebuah hubungan interpersonal tidaklah statis, melainkan bergerak dari satu tahap ke tahap lainnya. Mereka juga berubah ketika individu-individu di dalamnya tumbuh dan berubah. Ketika anak-anak menjadi dewasa, hubungan mereka dengan orang tua juga dapat berubah. Dalam hubungan keadaan, seseorang biasanya bernegosiasi untuk menyelesaikan masalah yang timbul dari perubahan relasional ini, tetapi ia dapat memutuskan untuk mengakhiri hubungan pilihan jika telah berubah menjadi tegas atau keras.

Selain itu, hubungan interpersonal bersifat kumulatif. Setiap momen dalam suatu hubungan mewakili kumpulan pengalaman yang mendahului momen itu. Sejarah hubungan seseorang dengan orang lain memengaruhi cara ia berkomunikasi di masa sekarang dan di masa depan. Ia menggunakan informasi yang diperoleh tentang orang lain sebagai dasar untuk interaksi berikutnya. Misalnya, interaksi di antara satu siswa dengan siswa lain, dan instruktur dalam kursus ini tidak diragukan

¹³ Steven A Beebe dkk, *Interpersonal Communication: Relating to Others*, 2015, h. 219-220.

lagi sangat berbeda dari mereka pada hari pertama kelas karena apa yang ia ketahui tentang satu sama lain sekarang. Sehingga hubungan dan suasana komunikasi telah berubah. Dalam proses hubungan, adaptasi terhadap perubahan dapat membantu individu mempertahankan hubungan interpersonalnya dengan orang lain.¹⁴

2. Hubungan interpersonal adalah sistem

Suatu system adalah seperangkat elemen yang saling berhubungan, perubahan dalam satu elemen mempengaruhi elemen lainnya. Misalnya, perubahan suasana hati salah satu teman kita akan memengaruhi perasaan dan interaksi kita dengannya. Dalam hubungan yang sangat empatik, kita mungkin benar-benar merasakan respons emosional yang sama seperti yang dilakukan teman dalam menanggapi situasinya. Hubungan interpersonal adalah sistem terbuka yaitu mereka dapat berubah dari adanya pengaruh luar. Jika pengaruh eksternal mempengaruhi konsep diri satu pasangan, maka perubahan itu pada gilirannya akan mengubah sifat hubungan, dan perubahan itu pada gilirannya akan mempengaruhi konsep diri kedua orang tersebut.

3. Hubungan interpersonal saling didefinisikan dan disepakati

Seperti dalam komunikasi, hubungan itu bersifat transaktif dimana kedua partisipan perlu mengakui adanya ikatan di antara mereka. Jika Anda tertarik pada orang lain, tetapi orang tersebut bahkan tidak tahu Anda sebelumnya, maka tidak ada komunikasi sehingga tidak akan ada hubungan dan Anda tetap pada tahap pra-interaksi. Setelah terlibat dalam suatu hubungan, kedua pasangan berpartisipasi dalam mendefinisikan hubungan, Dimana salah satu pasangan tidak bisa secara sepihak memutuskan menjalin hubungan intim.

Individu jarang berbicara secara langsung tentang sifat hubungan, tetapi individu dengan diam-diam mengirim isyarat kepada pasangannya tentang persepsi dan definisi dalam hubungan mereka. Pasangannya kemudian merespons dengan isyarat penerimaan, penolakan, atau modifikasi. Misalnya Anda memiliki teman, Lynn, dan Anda ingin memiliki hubungan yang lebih dekat dengannya. Anda melihat Lyn dan hanya sesekali di tempat kerja atau di pesta teman bersama. Anda menelepon Lynn untuk menyarankan agar Anda pergi menonton film bersama. Anda mengirim pesan bahwa Anda ingin meningkatkan hubungan. Kesepakatan untuk keluar dengan

¹⁴ Ibid., h. 220.

Dimensi dan Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal menurut Bebee dan Redmond

Anda menandakan penerimaan Lynn tentang definisi baru untuk hubungan tersebut. Setelah film, misalkan Anda meminta Lynn kembali ke rumah Anda. Lynn menolak, tidak mau meningkatkan hubungan. Tidak peduli seberapa besar Anda menginginkan teman yang lebih dekat, Lynn harus membagikan keinginan Anda sebelum hal itu terjadi. Intinya, Anda berdua harus menekan tombol elevator untuk memindahkan hubungan ke lantai berikutnya.¹⁵

4. Hubungan interpersonal terus dinegosiasikan

Ketika hubungan Anda dengan Lynn berlanjut, Anda mungkin menyarankan perjalanan berkemah akhir pekan atau kunjungan ke keluarga Anda. Anda mungkin menawarkan lebih banyak informasi pribadi, mencoba lebih banyak kontak fisik, atau mencoba menghabiskan waktu lebih lama bersama sebagai cara menggerakkan hubungan menuju keintiman. Setiap langkah Anda dapat diterima, ditolak, atau dimodifikasi oleh Lynn. Anda terus mendefinisikan ulang sifat hubungannya bahkan lama. Misalnya, hubungan Anda dengan sahabat Anda mungkin telah berubah, atau akan berubah ketika salah satu dari Anda menikah. Anda

dan teman Anda harus merundingkan kembali sifat hubungan seperti keadaan yang baru.

5. Hubungan interpersonal menciptakan berbagai peran

Peran adalah seperangkat perilaku yang diharapkan yang dikaitkan dengan situasi tertentu. Seringkali peran seseorang dalam suatu hubungan ditentukan oleh konteks situasional. Hubungan antara murid dan guru ditentukan oleh situasional konteks ruang kelas. Jika instruktur itu juga kebetulan menjadi penasihat murid, maka ketika murid pergi ke kantornya untuk membahas masa depannya, baik murid maupun guru menyesuaikan perannya yang sesuai dengan hubungan yang baru. Dalam hubungan yang lebih intim, individu memainkan beberapa peran, tergantung pada tuntutan situasi. Ia dapat berperan sebagai penasihat, pendamping, orang tua pengganti, kekasih, penolong, pemecah masalah, atau pemimpin.

6. Mitra atau pasangan hubungan interpersonal merasakan hubungan yang berbeda

Prinsip ini mungkin tampak bertentangan dengan prinsip ketiga, tetapi individu tidak pernah memiliki persepsi yang sama tentang suatu hubungan. Jika perbedaan persepsi berlimpah atau

¹⁵ Ibid., h. 221.

signifikan, maka mitra mungkin akan bernegosiasi atau memutuskan hubungan. Ketika hubungan menjadi lebih sukses dan lebih intim, para pasangan menghabiskan lebih banyak waktu menyelaraskan perspektif mereka. Peneliti menyarankan bahwa kemampuan pasangan untuk berbagi persepsi yang sama tentang hubungan mereka menentukan seberapa sukses hubungan itu. Mencapai persepsi Bersama dan memahami hubungan memerlukan komunikasi interpersonal yang efektif. Untuk mencapai persepsi bersama, kedua pasangan perlu mengadopsi perspektif yang berorientasi lain. Mereka perlu bertanya tentang apa, dan juga menghargai persepsi orang lain tentang hubungan itu. Ketika hubungan menjadi lebih akrab, semakin penting untuk memastikan bahwa persepsinya selaras dan individu mendefinisikan hubungan dengan cara yang sama.¹⁶

7. Hubungan interpersonal di masa lalu mempengaruhi hubungan “saat ini” dan “masa depan”

Seseorang bergantung pada pengetahuan dari hubungan sebelumnya untuk membantu menentukan harapan dan perilaku dalam hubungannya saat ini dan masa depan. Jika kencan pertamanya yang terakhir berhasil,

ia mungkin akan bertindak seperti itu lagi. Jika itu adalah bencana, ia mungkin akan menggunakan pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman itu untuk mengubah perilakunya di waktu berikutnya. Meskipun setiap hubungan itu unik, masing-masing memberikan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan dan membantu dalam meningkatkan kemampuan untuk mengelolanya.

8. Setiap hubungan interpersonal merupakan keseimbangan antara kenyamanan dan keintiman

Teori pertukaran sosial menggunakan metode biaya-manfaat untuk menjelaskan hubungan. Ketika seseorang meningkatkan keintiman dalam suatu hubungan, ia akan mengeluarkan biaya yang lebih besar dalam hal risiko dan komitmen akan sumber daya yang lebih pribadi (misalnya, waktu, uang, atau lebih sedikit interaksi dengan orang lain). Tapi potensi untuk hadiah juga lebih besar, dimana terdapat konfirmasi dan penerimaan dari dirinya, kepuasan sosial, atau kesenangan. Karena tidak ada jaminan bahwa ke arah keintiman yang lebih akan menghasilkan imbalan tersebut, seseorang tidak mencoba menjadikan setiap hubungan menjadi intim. Sebagai gantinya, ia

¹⁶ Steven A Beebe dkk, *Interpersonal Communication: Relating to Others*, 2015, h.

Dimensi dan Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal menurut Bebee dan Redmond

berusaha untuk mengoptimalkan jumlah keintiman disertai pengoptimalan Tingkat kenyamanan. Jika menuju keintiman dalam hubungan menghasilkan hilangnya kenyamanan, individu tidak akan lagi meneruskan hubungan. Terkadang bahkan dalam hubungan intim, biayanya bahkan lebih tinggi daripada imbalan. Individu kemudian memilih untuk mengurangi eskalasi atau memutuskan hubungan.¹⁷

Untuk lebih jelasnya, prinsip hubungan interpersonal ialah sebagai berikut:

- a. Hubungan interpersonal adalah proses: hubungan terus berubah dan mengakumulasi sejarah.
- b. Hubungan interpersonal adalah sistem: perubahan dalam salah satu aspek suatu hubungan mempengaruhi setiap aspek lain dari hubungan itu.
- c. Hubungan interpersonal saling didefinisikan dan disepakati: kedua pasangan berkontribusi dan setuju atas definisi yang sama tentang hubungan.
- d. Hubungan interpersonal terus dinegosiasikan: hubungan terus-menerus didefinisikan ulang melalui persetujuan bersama.
- e. Hubungan interpersonal menciptakan berbagai peran:

individu mengambil peran yang berbeda (perilaku) dalam sebuah hubungan tergantung pada situasi.

- f. Pasangan dalam hubungan interpersonal merasakan hubungan yang berbeda: persepsi pasangan dalam hubungan mereka harus serupa, namun mereka tidak akan pernah sama persis.
- g. Hubungan interpersonal di masa lalu mempengaruhi hubungan "saat ini" dan "masa depan": pengalaman dalam hubungan lain dapat mempengaruhi setiap hubungan tertentu.
- h. Setiap hubungan interpersonal merupakan keseimbangan antara nyaman dan keintiman: mencoba untuk menstabilkan hubungan pada titik dimana individu mendapatkan hadiah sebagai biaya minimal.

Penutup

Sebagaimana penjelasan di atas, dapat diklasifikasikan hubungan interpersonal sebagai hubungan keadaan dimana yang terjadi karena kondisi sekitarnya menyebabkan seseorang berinteraksi dengan orang lain. Sedangkan hubungan pilihan merupakan hubungan yang dicari

¹⁷ Ibid., h. 223.

untuk dibangun dan dikembangkan dengan sengaja.

Kita juga dapat membedakan antara hubungan dengan melihat tingkat kepercayaan, keintiman, dan kekuatan yang ada dalam hubungan. Meskipun ada banyak jenis kepercayaan, kepercayaan antarpribadi umumnya melibatkan keyakinan bahwa individu dapat mengungkapkan informasi tentang dirinya kepada orang lain karena orang lain menerima siapa dirinya dan berkomitmen pada hubungan tersebut. Keintiman adalah tingkat di mana rasa diri seseorang diterima dan dikonfirmasi oleh orang lain. Kekuatan adalah tingkat di mana seseorang dapat memengaruhi orang lain dalam arah keinginan.

Kita dapat mengklasifikasikan hubungan interpersonal dengan melihat sifat komunikasi yang terjadi di dalamnya. Dua peneliti (Irwin Altman dan Dalmis Taylor) mengidentifikasi delapan pasang kata sifat untuk menggambarkan variabel dalam perilaku komunikasi. Peneliti lain mengelompokkan pasangan ini ke dalam tiga kategori utama: personalisasi, sinkronisasi, dan kesulitan. Kualitas-kualitas ini menggambarkan bagaimana komunikasi antarpribadi bervariasi sesuai dengan tingkat inti dalam suatu hubungan. Komunikasi dalam hubungan intim biasanya bersifat pribadi, halus, fleksibel, dan efisien. Kemudian mencakup topik yang

beragam dan menggunakan bahasa relasional yang dipersonalisasi.

Berkembangnya suatu hubungan yakni melalui berbagai tahap. Ketika hubungan meningkat, mereka berkembang dari kesadaran pra-interaksi ke inisiasi, ke eksplorasi, ke intensifikasi, dan akhirnya ke keintiman. Hubungan juga menurun ketika individu bergerak untuk mendefinisikan kembali, dari kekacauan atau stagnasi, de-integrasi, individu, pemisahan, dan akhirnya pasca-interaksi. Bahkan setelah kita mengakhiri suatu hubungan, efeknya tetap bersama kita untuk membentuk perasaan dan tanggapan kita dalam hubungan lain.

Hubungan interpersonal berjalan sesuai dengan prinsip. Hal ini adalah proses dan berfungsi sebagai sistem. Semuanya didefinisikan bersama dan disepakati oleh para pasangan, yang juga menegosiasikan definisi tersebut. Individu memainkan peran dalam hubungan, dan mitra atau pasangan merasakan hubungan yang berbeda. Hubungan di masa lalu menentukan hubungan saat ini dan di masa depan. Selain itu, seseorang mencari keseimbangan antara kenyamanan dan keintiman dalam sebuah hubungan.

Daftar Pustaka

- Wursanto, I. *Dasar-dasar Ilmu Organisasi*. Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2005.
- Littlejohn, Stephen W. dan Karen A. Foss, *Teori Komunikasi: Theories*

Dimensi dan Prinsip-prinsip Hubungan Interpersonal menurut Beebe dan Redmond

of Human Communication 9th ed.
Penerjemah Mohammad Yusuf
Hamdan. Jakarta: Salemba
Humanika, 2009.

Cangara, Hafied. *Pengantar Ilmu
Komunikasi*. Jakarta: Kencana
Prenada Media Group, 2004.

Beebe, Steven A., Susan J Beebe, Mark V
Redmond, Terri Geerinck, dan
Lisa Salem-Wiseman.
*Interpersonal Communication:
Relating to Others*, 2015.
*Interpersonal Communication:
Relating to Others*, 2015.