

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Komunikasi Interpersonal

Teori yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teori komunikasi interpersonal oleh Joseph A. Devito. Joseph A. Devito mendeskripsikan komunikasi interpersonal merupakan suatu komunikasi yang dilakukan dua orang atau lebih yang satu sama lain memiliki dampak, serta terdapat kesepakatan agar bisa mencapai keinginan bersama. Komunikasi yang dilakukan sifatnya mendalam sebab komunikasi akan terjalin lebih intim jika komunikan dan komunikator saling memahami pesan yang disampaikan. Sehingga, akan tercipta komunikasi secara efektif. Dalam komunikasi interpersonal, sumber, pesan, penerima, serta saluran umpan balik semuanya memiliki peran.¹

Komunikasi interpersonal juga disebut dengan komunikasi antarpersonal atau antarpribadi. Fungsi dari komunikasi interpersonal yaitu berusaha menumbuhkan hubungan yang erat dalam diri insani, menghindari dan mengatasi adanya permasalahan pribadi, serta komunikasi interpersonal juga akan meningkatkan hubungan antar manusia dari pihak-pihak yang terlibat dalam komunikasi.² Selain itu, komunikasi interpersonal juga dapat digunakan untuk menjelaskan tentang keragaman peristiwa yang berhubungan dengan proses komunikasi.³ Contohnya adalah komunikasi yang dilakukan oleh suami istri.

Menurut Joseph A. Devito, ciri-ciri dari komunikasi interpersonal, yaitu:

¹ Rahimia dkk, "Pola Komunikasi Interpersonal Keluarga dalam Pemulihan Kesehatan Mental Penyintas Covid-19 Tahun 2020," *Ekspresi dan Persepsi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 6, no. 1 (2023): hal 30–40.

² Muhammad Budyana & Leila Mona Ganiem, *Teori Komunikasi* (Jakarta: Kencana, 2011) hal 27.

³ Ali Nurdin, *Teori Komunikasi Interpersonal Disertai Contoh Fenomena Praktis* (Jakarta: Kencana, 2022) hal 9.

1. Keterbukaan

Keterbukaan mengarah pada tiga aspek penting, yaitu komunikator terbuka terhadap komunikannya, komunikator bersedia untuk memberikan umpan balik dengan jujur pada stimulus yang datang, serta komunikator mengakui jika perasaan dan pikiran yang diungkapkan merupakan miliknya dan harus bertanggung jawab atasnya.

2. Empati

Empati adalah keahlian dari seseorang agar bisa mengerti apa yang saat itu terjadi atau dialami oleh orang lain di waktu tertentu. Seseorang yang mempunyai empati akan bisa mendeskripsikan pengalaman dan motivasi orang lain, sikap dan perasaan, serta keinginan dari orang lain.

3. Dukungan

Dukungan adalah suatu hal penting dalam keefektifan suatu komunikasi sebab hal tersebut mampu membina hubungan yang sudah terjalin sebelumnya menjadi saling mendukung.

4. Rasa Positif

Rasa positif harus ditumbuhkan dalam diri seseorang, karena hal tersebut akan mampu memberikan motivasi pada orang lain agar bisa ikut aktif dalam berpartisipasi dan dapat menciptakan kondisi komunikasi secara aktif.

5. Kesetaraan

Komunikasi interpersonal bisa lebih aktif dan efektif jika terdapat kesetaraan atau setiap individu merasa setara.⁴ Artinya, harus ada pengakuan secara diam-diam bahwa kedua pihak sama-sama bernilai dan berharga, dan

⁴ Mariam Sondakh & Mieke Rembang Riska Dwi Novianti, "Komunikasi Antar Pribadi dalam Menciptakan Harmonisasi (Suami dan Istri) Keluarga di Desa Sagea Kabupaten Halmahera Tengah," *Jurnal Acta Durna* 6, no. 2 (2017): hal 6-13.

bahwa masing-masing pihak mempunyai sesuatu yang penting untuk disumbangkan.⁵

Joseph A. Devito juga mengkonstruksikan model komunikasi interpersonal sebagai berikut:⁶

1. *Source-Receiver* (Pengirim-Penerima)

Komunikasi interpersonal dapat terjadi minimal melibatkan dua orang. Dalam istilah pengirim-penerima menjelaskan jika kedua fungsi tersebut dapat dilaksanakan oleh seseorang dalam komunikasi. Setiap orang dapat melaksanakan fungsi pengirim yaitu yang merumuskan dan mengirim pesan sedangkan fungsi penerima yaitu yang mempersepsikan dan menerima pesan.

2. *Encoding-Decoding*

Encoding adalah aktivitas memproduksi pesan. Sedangkan decoding adalah menangkap dan menafsirkan pesan atau pemberian makna. Kegiatan encoding-decoding ini tujuannya adalah sebagai tanda terjalannya kegiatan manusia, serta partisipasinya dalam kegiatan komunikasi.

3. *Message* (Pesan)

Pesan merupakan sinyal yang disajikan untuk stimuli yang muncul saat berkomunikasi dan ditangkap oleh komunikan. Adapun syarat utama dari komunikasi interpersonal yaitu pesan dapat terkirim dan diterima sehingga maksud dari pesan tersebut akan tersampaikan pada lawan bicara.

4. *Feedback* (Umpan Balik)

⁵ Agus Maulana, *Komunikasi Antarmanusia Edisi Kelima* (Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group, 1997) hal 290.

⁶ Joseph A Devito, *The Interpersonal Communication Book* (Longman Publishing Group, 1995).

Feedback adalah reaksi yang muncul setelah pesan tersampaikan. *Feedback* tidak hanya terjadi pada komunikasi, namun komunikator juga dapat melakukan umpan balik, karena seorang komunikator juga mendengar maupun melihat apa yang sedang diperbincangkan.

5. *Feedforward Message*

Feedforward Message merupakan kalimat pembuka dalam pesan atau kalimat pembuka yang digunakan untuk pengantar sebelum mengatakan pesan inti. Hal ini berfungsi sebagai pembuka komunikasi dan pengantar pesan agar lebih meyakinkan komunikasi.

6. *Channel (Media)*

Media merupakan alat dalam penyampaian pesan saat berkomunikasi. Fungsi dari media itu sendiri yaitu sebagai sarana atau jembatan agar bisa menghubungkan antara pengirim dan penerima pesan.

7. *Noise (Hambatan)*

Hambatan atau gangguan juga dapat terjadi dalam proses komunikasi. Hambatan bisa saja dapat mengubah pesan atau adanya sesuatu yang mencegah komunikasi menerima pesan. Selain itu, hambatan juga dapat menghalangi komunikasi dalam menerima pesan ataupun menghalangi komunikator dalam menyampaikan pesan. Contoh dari hambatan ini bisa terjadi ketika melakukan komunikasi menggunakan *handphone*, terkadang terjadi gangguan pada kualitas sinyal yang buruk sehingga suara yang didengar menjadi tidak jelas.

8. Etika

Dalam komunikasi itu tidak lepas dari etika. Etika sangat perlu diperhatikan dalam proses komunikasi. Etika dalam komunikasi merupakan

moralitas atas tingkah laku pesan. Dalam dimensi moral, di dalamnya terkandung kebenaran serta kesalahan.⁷

9. Kompetensi

Dalam komunikasi interpersonal, kompetensi merupakan suatu pengetahuan mengenai komunikasi serta keahlian para pelaku komunikasi interpersonal untuk terlibat dalam proses komunikasi sehingga dapat tercipta keefektifan pada proses komunikasi yang dilakukan.

B. *Baby Blues Syndrome*

Menurut Saleha, *baby blues syndrome* merupakan suatu gangguan psikologis yang berlangsung sementara dan memiliki ciri-ciri perasaan emosi yang memuncak di minggu pertama pasca persalinan.⁸ *Baby blues syndrome* adalah suatu keadaan umum yang dialami oleh seorang ibu yang baru melakukan persalinan dan rata-rata itu terjadi pada 50 persen ibu baru. *Baby blues* sendiri merupakan perasaan senang karena hadirnya buah hati, akan tetapi juga dibarengi oleh rasa kaget, cemas, serta sedih sehingga hal tersebut dapat memungkinkan seorang ibu mengalami kelelahan psikis.⁹

Hampir sebagian besar seorang ibu yang baru persalinan akan mengalami *baby blues*. Suatu keadaan stres setelah melahirkan yang jika tidak ditangani secara betul akan berakibat juga pada perkembangan buah hati. Seorang ibu akan merasakan perubahan perasaan emosional (*mood swing*) misalnya suka menangis,

⁷ Immanuel Khomala Wijaya & Kristen Petra Surabaya, "Proses Komunikasi Interpersonal Bawahan Tuna Rungu-Wicara dengan Atasannya (Supervisor) di Gunawangsa Hotel Manyar Surabaya", *Jurnal E-Komunikasi* 5, no. 1 (2017): hal 4-11.

⁸ Sitti Saleha, *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas* (Jakarta: Salemba Medika, 2009) hal 4.

⁹ Melinda, *Depresi Pasca Persalinan* (Jakarta: FKUI, 2010) hal 3.

sedih, hilangnya nafsu makan, mudah tersinggung, gangguan tidur, mudah cemas, mudah lelah, serta merasakan kesepian.¹⁰

Adapun penyebab terjadinya *baby blues syndrome* ini yang pertama yaitu perubahan hormonal. Setelah persalinan, seorang ibu akan mengalami penurunan kadar hormon sehingga menyebabkan mudah merasa lelah dan memiliki perasaan tertekan. Kedua fisik, seorang ibu tentu akan merasakan energi yang terkuras akibat mengasuh bayi sepanjang siang dan malam sehingga waktu istirahat menjadi berkurang. Ketiga psikis, seorang ibu akan mengalami hilangnya rasa percaya diri mengenai bentuk tubuh ketika masih gadis, hal tersebut juga ikut memengaruhi terjadinya depresi. Keempat sosial, karena berubahnya gaya hidup dan memiliki peran baru sebagai ibu menjadikan rasa dijauhi oleh lingkungan juga turut dirasakan oleh seorang ibu.¹¹

Baby blues syndrome sering dianggap tidak begitu penting bahkan jarang diperhatikan. Kalaupun banyak, sering dianggap hanya sebagai efek samping dari kelelahan yang dialami pasca melahirkan.¹² Menurut Henshaw, *baby blues syndrome* bisa terjadi pada semua ibu tanpa mengenal etnik dan ras manapun.¹³ Pada ibu yang baru hamil anak pertama tentu membutuhkan penyesuaian diri dengan berbagai perubahan yang terjadi selama hamil dan melahirkan. Hal ini dikarenakan ibu memiliki peran baru sehingga menyebabkan terjadinya perubahan dan tidak merasa siap untuk bisa menjalaninya.

¹⁰ Aprilia Yesie, *Hipnostetri, Rileks Nyaman dan Aman Saat Hamil dan Melahirkan* (Jakarta: Graha Ilmu, 2010) hal 14.

¹¹ Afin Murtiningsih, *Mengenal Baby Blues dan Pencegahannya*, (Jakarta: Dunia Sehat, 2012). hal 17.

¹² Oktiriani, "Perilaku Baby Blues Syndrome Pada Ibu Pasca Melahirkan di Kelurahan Sekaran, Kecamatan Gunung Pati," *Jurnal Universitas Negeri Semarang*, (2017): hal 16.

¹³ Pratiwi & Martuti Chasanah, "Postpartum Blues Pada Persalinan di Bawah Usia Dua Puluh Tahun," *Jurnal Psikologi Undip* 15, no. 2 (2016): hal 117–123.