

Pengaruh Bahasa Tubuh terhadap Efektivitas Komunikasi dalam Presentasi Publik

Putri Ratna Suminar¹, Endang Tri Irianingsih^{2*}

¹Fakultas Hukum Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Terbuka, Indonesia

² Fakultas Hukum Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Terbuka, Indonesia

e-mail: putriratna2905@gmail.com, *endang.tri@ecampus.ut.ac.id (corresponding author)

Article Info

Article history:

Received

May, 11th, 2026

Revised

June 10th, 2026

Accepted

June 20th, 2026

Abstract

This study focuses on the impact of body language on communication effectiveness during presentations, specifically among Communication Studies students at Universitas Terbuka. A quantitative, causal-comparative approach was employed, utilizing a sample of 31 respondents selected through simple random sampling. The study aimed to identify a cause and effect relationship (specifically the influence of body language, X on communication effectiveness, Y) and to develop a relevant model, given the critical importance of communication in the current digital era. A Likert-scale questionnaire served as the primary measurement tool, established quality metrics with a validity greater than 0.355 and reliability coefficient α greater than 0.90. Data analysis revealed a significant positive correlation ($R = 0.781$, $p = 0.000$) and a regression equation of $Y' = 1.053 + 0.792X$. Notably, the coefficient of determination (R^2) indicated that 61% of the variation in communication effectiveness could be explained by body language. These findings align with the Mehrabian's theory, which underscores the significant role body language plays in communication effectiveness. Nonverbal communication factors exert a powerful influence, particularly in today's digital landscape. The study's results offer valuable insights for professionals and academics seeking to highlight the role of body language in communication.

Keywords: *body language, communication effectiveness, digital era, mehrabians, and nonverbal communication*

Abstrak

Penelitian ini berfokus pada pentingnya pengaruh bahasa tubuh terhadap efektivitas komunikasi dalam presentasi, khususnya di kalangan mahasiswa program studi Ilmu Komunikasi di Universitas Terbuka. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis kausal komparatif dengan mengambil sampel 31 responden melalui sampling acak sederhana. Tujuan penelitian ini adalah mencari bukti hubungan sebab-akibat (pengaruh Bahasa Tubuh X terhadap Efektivitas Komunikasi Y) dan mengembangkan model yang relevan karena mengingat pentingnya komunikasi pada era digital sekarang. Penelitian ini menggunakan kuesioner skala likert sebagai alat ukur utama, yang sudah teruji kualitasnya (validitas $> 0,355$ dan reliabilitas $\alpha > 0,90$). Hasil dari analisis data dapat dilakukan melalui korelasi positif yang signifikan ($R = 0,781$ dan $p = 0,000$), dengan persamaan regresi $Y' = 1,053 +$

0,792X. Menariknya, koefisien determinasi (R^2) menunjukkan 61% variasi komunikasi dapat dijelaskan oleh bahasa tubuh. Temuan ini didukung oleh teori Mehrabian yang menegaskan bahwa bahasa tubuh memiliki peranan yang signifikan dalam efektivitas komunikasi. Faktor komunikasi nonverbal memberikan pengaruh sangat kuat apalagi di era digital saat ini. Hasil penelitian dapat dimanfaatkan untuk profesional atau akademik yang ingin menyoroti peran *body language* (bahasa tubuh) dalam komunikasi.

Kata Kunci: bahasa tubuh, era digital, efektivitas komunikasi, mehrabian, dan komunikasi nonverbal

PENDAHULUAN

Pada saat ini, era digital, berbicara di depan umum adalah salah satu keterampilan komunikasi paling penting, baik dalam kampus, tempat kerja, maupun organisasi. Kemampuan ini sering kali menentukan perihal dapat atau tidaknya ide tersampaikan dengan meyakinkan. Keterampilan ini tidak hanya bergantung pada hal yang akan dikatakan, tetapi juga ditentukan dari cara mengekspresikan diri menggunakan bahasa tubuh dan komunikasi nonverbal yang kuat. Lucas & Stob dalam bukunya *The Art of Public Speaking* menyatakan komunikasi publik yang sukses sangat tergantung pada kemampuan pembicara untuk menggabungkan pesan verbal dengan berbagai elemen nonverbal yang meningkatkan kredibilitas dan daya tarik pesan tersebut (Lucas & Stob, 2020). Perkembangan terbaru menunjukkan bahwa dalam era digital ini, presentasi *online* telah terjadi peningkatan yang signifikan, dengan data dari Clifton yang menyebutkan bahwa 70% profesional di Amerika Serikat melakukan presentasi virtual setidaknya sekali dalam seminggu. Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya penggunaan bahasa tubuh sebagai pengganti interaksi langsung (Clifton, 2023).

Namun, pada kenyataannya masih banyak pembicara, terutama di Indonesia yang lebih berfokus pada konten dan tampilan visual seperti *slide* atau infografis dan mengabaikan pentingnya bahasa tubuh. Bahasa tubuh seperti ekspresi wajah, gerakan tangan, postur tubuh, dan kontak mata menjadi komponen penting dalam komunikasi nonverbal yang secara psikologis dapat mempengaruhi pemahaman audiens terhadap suatu pesan. Penelitian yang telah mengkaji penerapan keterampilan komunikasi dengan memperhatikan bahasa tubuh dan ekspresi wajah sudah dilakukan oleh Martha dan Sihotang (2024). Penelitian berisi penjelasan manfaat bahasa tubuh dan ekspresi wajah dalam komunikasi berdasarkan kajian literatur. Mehrabian dalam penelitiannya menemukan bahwa prosentase terbanyak pesan dapat tersampaikan melalui bahasa tubuh berupa ekspresi wajah yaitu 55%. Kemudian selanjutnya pesan diterima karena dipengaruhi unsur vokal (nada, volume, dan tempo) yaitu 38% dan sisanya yaitu 7% (Mehrabian dalam Martha & Sihotang, 2024). Temuan penelitian Mehrabian ini menunjukkan bahwa ekspresi wajah yang di dalamnya juga termasuk bahasa tubuh (*body language*) seperti tersenyum, cemberut, menggerakkan tangan, menggerakkan kepala, mengerutkan dahi dapat mempengaruhi penyampaian pesan. Hal ini secara analisis menunjukkan bahwa aspek nonverbal mendominasi pembentukan lebih dari 90% persepsi audiens, aspek nonverbal dan paraverbal, sehingga efektivitas komunikasi publik sangat tergantung pada interaksi antara komponen verbal dan nonverbal, dimana bahasa tubuh memegang peran utama.

Pada konteks berbicara di depan umum, bahasa tubuh tidak hanya mendukung pesan yang disampaikan secara verbal tetapi juga menciptakan unsur-unsur psikologis seperti koneksi dan kepercayaan antara pembicara dan audiens. Misalnya gerakan tangan yang terbuka, kontak mata yang konsisten, dan postur tubuh yang tegak dapat memberi kesan profesional dan dapat dipercaya termasuk dapat meningkatkan efektivitas pesan, sedangkan sikap tertutup atau postur tubuh yang tidak aktif dapat menghambat proses komunikasi meskipun materi yang disajikan berkualitas tinggi. Temuan dari penelitian Yulistiani, memperkuat hal ini dengan menyatakan bahwa “Komunikasi yang efektif terbentuk melalui kesatuan antara pesan verbal dan nonverbal” (Yulistiani, 2021). Pesan yang tidak konsisten, terutama yang bertentangan antara pesan verbal dan bahasa tubuh dapat mengakibatkan informasi tidak tersampaikan secara lengkap dan maknanya tidak diterima dengan baik.

Selain meningkatkan pemahaman audiens, bahasa tubuh juga memainkan peran penting dalam menambahkan tingkat kepercayaan terhadap kredibilitas sumber (*source credibility*). Teori kredibilitas sumber oleh Hovland dan Weiss dan teori kepercayaan yang dikemukakan oleh Ohanian (dalam Yunita, 2021), menyatakan bahwa audiens membangun kepercayaan dan membentuk pandangan mereka terhadap pembicara melalui kombinasi keahlian (*expertise*), kejujuran (*trustworthiness*), dan kesukaan (*attractiveness*). Dalam hal ini, bahasa tubuh yang konsisten dengan pesan yang disampaikan dapat memperkuat ketiga aspek tersebut seperti postur yang menunjukkan kepercayaan diri sebagai representasi keahlian, gerakan tangan terbuka yang mencerminkan kejujuran, dan senyuman hangat yang menambah daya tarik emosional. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yulistiani, yang menekankan pentingnya menyelaraskan komunikasi verbal dan nonverbal dalam menciptakan komunikasi yang efektif dan menghindari kesalahpahaman (Yulistiani, 2021).

Selain itu, teori kehadiran sosial (*social presence theory*) yang diperkenalkan oleh Short, Williams, dan Christie pada tahun 1976, menekankan bahwa penggunaan komunikasi nonverbal seperti bahasa tubuh, menciptakan rasa kedekatan dan kehadiran antara pembicara dan audiens (Malin et al., 2017). Perlu dipahami bahwa teori ini menjadi semakin penting seiring masa dengan menunjukkan presentasi *online* yang mengurangi interaksi tatap muka (langsung) karena menarik perhatian audiens melalui ekspresi wajah dan gerakan tubuh. Namun, penelitian yang ada masih terbatas dan cenderung berfokus pada komunikasi nonverbal dalam layanan pelanggan dan interaksi sosial, sehingga diperlukan penelitian khusus untuk menganalisis dampak bahasa tubuh dalam presentasi publik, baik dalam konteks profesional atau akademis.

Selanjutnya, sejumlah besar penelitian terdahulu lebih sering mengadopsi pendekatan deskriptif (kualitatif), akibatnya masih terdapat keterbatasan dalam penyelidikan kuantitatif yang menguji hubungan langsung antara bahasa tubuh dan efektivitas komunikasi secara mendalam. Seperti penelitian tentang efektivitas penggunaan media sosial untuk komunikasi kelompok dalam kelompok tani di Desa Wonosari, Kecamatan Tanjung Morawa, Sumatera Utara yang menggunakan pendekatan kualitatif (Syafi'i & Azhar, 2025). Meskipun ada penelitian kuantitatif seperti yang dilakukan Apriliyanti, yang mengukur dampak hubungan komunikasi nonverbal terhadap pemahaman audiens, variabel perantara memuat keterlibatan audiens masih jarang diuji untuk menghubungkan antara bahasa tubuh dan efektivitas komunikasi (Apriliyanti, 2023).

Meskipun penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya telah mengkonfirmasi peran penting komunikasi nonverbal, penelitian ini biasanya hanya berfokus pada pendekatan deskriptif, korelasi langsung atau tidak secara

spesifik mengintegrasikan mekanisme psikologis yang menjelaskan hubungan sebab-akibat antara bahasa tubuh dan efektivitas komunikasi (Apriliyanti, 2023; Martha & Sihotang, 2024; Yulistiani, 2021). Secara khusus, saat ini masih kekurangan penelitian kuantitatif bukti empiris yang secara jelas mengidentifikasi Partisipasi Audiens (Z) sebagai variabel perantara yang menghubungkan pengaruh Bahasa Tubuh (X) terhadap Efektivitas Komunikasi (Y). Berdasarkan kesenjangan inilah tujuan penelitian adalah untuk memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh tentang mekanisme kausal akan valid.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis mengenai pengaruh bahasa tubuh terhadap efektivitas komunikasi dalam presentasi, khususnya di kalangan mahasiswa program studi Ilmu Komunikasi di Universitas Terbuka melalui pendekatan kuantitatif. Penelitian ini memiliki dua manfaat utama yaitu pertama secara teoritis adalah untuk menambah wawasan dan memperkaya pustaka ilmu komunikasi khususnya mengenai *public speaking*. Kedua secara praktis, penelitian ini dapat membantu para pendidik, pelatih komunikasi, dan profesional meningkatkan keahlian bahasa tubuh saat memberikan presentasi di depan umum.

Penelitian ini memiliki arti penting bagi pengembangan teori dan praktik komunikasi, baik dalam konteks pendidikan maupun komunikasi profesional pada era digital. Namun, keterbatasan utama pada terletak pada penggunaan sampel dari Indonesia, yang berarti hasilnya pada konteks budaya yang berbeda perlu dipertimbangkan secara cermat sedangkan, penggunaan data survei *self-report* untuk mengukur variabel nonverbal berpotensi menimbulkan bias subjektif. Maka pendekatan kuantitatif dipilih karena melihat pentingnya dalam mengatasi kekurangan sebelumnya yaitu secara strategis untuk mengatasi kesenjangan penelitian sebelumnya dengan variabel perantara dan menyusun model empiris yang baru dan komprehensif.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang dapat diandalkan dengan data angka sebagai alat analisis utama untuk menguji hipotesis dan hasilnya dapat digeneralisasi ke populasi lebih luas (Sugiyono, 2020). Jenis penelitian yang digunakan adalah kausal asosiatif sederhana atau kausal komparatif (*ex post facto*) karena peneliti hanya menguji pengaruh variabel independen (Bahasa Tubuh X) terhadap variabel dependen (Efektivitas Komunikasi Y) Pasca-Kejadian berlangsung dan tanpa ada manipulasi sama sekali (Kerlinger dan Emzir dalam Masmira et. al., 2024). Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa Universitas Terbuka (UT) program studi Ilmu Komunikasi. Populasi yang dipilih berdasarkan kurikulum yang diterapkan pada program studi tersebut dinilai komprehensif dan relevan dengan variabel penelitian. Kemudian untuk meminimalkan bias dan memastikan sampel tetap representatif dalam populasi yang cukup besar maka peneliti menggunakan *Simple Random Sampling* (SRS).

Berdasarkan populasi yang dipilih, penelitian ini menetapkan sampel $n = 31$ responden sebagai ukuran sampel minimum. Jumlah ini sudah dianggap cukup untuk melakukan analisis statistik inferensial, khususnya regresi linier sederhana. Penetapan angka N berdasarkan pada prinsip *Central Limit Theorem* (CLT). Menurut Sekaran & Bougie sampel diatas 30 diperlukan untuk memastikan data residual terdistribusi normal dan memiliki daya statistik yang baik saat pengujian hipotesis (Sekaran & Bougie, 2016).

Rumus slovin:

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

Keterangan:

n = Ukuran sampel yang diperlukan.

N = Ukuran dengan total populasi (mahasiswa Ilmu Komunikasi di UT).

e = *Margin of error* yang toleransi (0,05 atau 5%)

Metode pengumpulan data utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Instrumen terdiri dari kumpulan pertanyaan tertulis yang dirancang untuk menghasilkan data berskala likert (Sugiyono, 2020). Penelitian ini juga menggunakan observasi terstruktur sebagai metode pelengkap, dengan proses observasi dilakukan pendekatan sistematis untuk memantau masalah seperti menganalisis Bahasa Presenter (X) dan menggunakan skala likert sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan (Creswell & Creswell, 2018). Sebelum pengumpulan data utama dilakukan, kualitas instrumen harus diuji melalui uji validitas dan uji reliabilitas pada sampel terbatas (*pre-test*). Uji validitas berfungsi untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian akurat untuk mengukur konsep yang ingin diteliti dan sesuai dengan tujuan telah ditetapkan (Sugiyono, 2018). Uji setiap butir instrumen (pertanyaan kuesioner) umumnya dilakukan dengan menghitung Korelasi Pearson (r_{hitung}) antara skor setiap butir dan skor total. Sebuah butir dianggap valid jika r_{hitung} lebih besar dari n dan bernilai positif (Sugiyono, 2020). Rumus *koefisien korelasi product moment pearson*:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi antara skor item (X) dan skor total (Y).

N = Jumlah respons terhadap uji coba.

X = Jumlah total skor yang diperoleh untuk satu pertanyaan dari seluruh responden.

Y = Total skor total yang diperoleh dari respons secara keseluruhan (skor total akumulatif).

Selain itu diperlukan uji reliabilitas untuk menilai stabilitas dan ketepatan instrumen penelitian dengan tujuan untuk memastikan bahwa alat ukur dalam menghasilkan data konsisten dan dapat digunakan sebagai pengukuran serta menjadikannya sebagai persyaratan dasar dalam pengaturan peneliti kuantitatif. Nilai $\alpha > 0,70$ biasanya menunjukkan konsistensi yang sangat baik. Namun demikian, dalam penelitian sosial atau eksplorasi awal, nilai $\alpha > 0,60$ seringkali sudah dianggap memadai (Hair et al., 2017). Rumus alpha cronbach:

$$\alpha = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

α = Koefisien reliabilitas alpha cronbach.

k = Jumlah butir pertanyaan dalam *instrument*.

$\sum \sigma_i^2$ = Jumlah varians skor setiap butir.

σ_t^2 = Varians total.

Teknik analisis data utama yang digunakan adalah statistik inferensial yang diawali dengan uji asumsi klasik (minimal uji normalitas) untuk memastikan data terdistribusi normal dan sebagai prasyarat penting statistik parametrik. Setelah data sudah dikumpulkan kemudian dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk menentukan hubungan dan pengaruh variabel X terhadap Y. Bentuk umum persamaan regresi linier sederhana adalah:

$$Y' = a + bX$$

Keterangan:

Y' = Variabel terikat (dependen) yang diprediksi.

a = Konstanta (nilai tetap atau nilai yang tidak berubah).

b = Koefisien dari regresi (pengaruh positif atau negatif).

X = Variabel bebas (independen) yang nilainya untuk memprediksi.

Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan melalui uji t (uji koefisien regresi) yang akan memverifikasi penerimaan atau penolakan hipotesis secara individu. Hipotesis alternatif (H_a) diterima jika $p\text{-value} < 0,05$ atau $t_{hitung} > t_{tabel}$ (Sugiyono, 2020). Terakhir, koefisien determinasi (R^2) untuk memberikan gambaran seberapa besar kontribusi atau kemampuan variabel X bisa menjelaskan variabel Y (Field, 2018).

HASIL DAN DISKUSI

1. HASIL PENELITIAN

Uji validitas menjadi salah satu langkah penting dalam penelitian kuantitatif, hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa instrumen pengukuran yang digunakan benar-benar mengukur konsep yang seharusnya diukur atau dengan kata lain mengukur apa yang diharapkan untuk diukur. Menurut Creswell & Creswell (2018), validitas berkaitan dengan sejauh mana interpretasi dari hasil tes didukung oleh bukti. Pada penelitian ini, uji validitas terhadap 11 pertanyaan dalam kuesioner menggunakan metode korelasi produk momen pearson (r). Proses ini akan menghitung korelasi antara skor setiap pertanyaan dan skor total variabel, yang berfungsi sebagai evaluasi konsistensi internal alat ukur. Uji coba alat ukur melibatkan 31 responden ($N = 31$) yang diambil dari sampel yang memiliki karakteristik serupa dengan populasi. Pada Korelasi Pearson N adalah jumlah responden uji coba. Dengan menetapkan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ dan derajat kebebasan ($df = N - 2$), diperoleh nilai $r_{tabel} = 0,355$. Keputusan mengenai validitas didasarkan pada standar yang sudah ditetapkan: item pertanyaan dianggap valid jika nilai r_{hitung} yang diperoleh dari perhitungan statistik melebihi 0,355. Maka untuk memastikan kuesioner benar-benar mengukur konsep yang dituju, selanjutnya dilakukan uji validitas menggunakan korelasi pearson dengan membandingkan skor setiap item pertanyaan dengan skor total variabel berdasarkan indikatornya. Hasil uji validitas ini akan menentukan apakah setiap pertanyaan valid untuk mengukur variabel tersebut:

Tabel 1.1

Hasil Uji Validitas Instrumen Kuesioner (Sumber: data hasil penelitian)

No. Butir	Variabel	Indikator	r_{hitung}	r_{tabel}	Keputusan
P1	Bahasa Tubuh (X)	Gerakan Tangan	0,681	0,355	Valid
P2	Bahasa Tubuh (X)	Posisi Tubuh	0,712	0,355	Valid
P3	Bahasa Tubuh (X)	Ekspresi Wajah	0,705	0,355	Valid

P4	Bahasa Tubuh (X)	Berakan Bibir	0,655	0,355	Valid
P5	Bahasa Tubuh (X)	Gerakan Dahi	0,690	0,355	Valid
P6	Bahasa Tubuh (X)	Kontak Mata	0,722	0,355	Valid
P7	Efektivitas Komunikasi (Y)	Pemahaman Audiens	0,758	0,355	Valid
P8	Efektivitas Komunikasi (Y)	Perubahan Sikap Audiens	0,649	0,355	Valid
P9	Efektivitas Komunikasi (Y)	Umpan Balik yang Diberikan	0,731	0,355	Valid
P10	Efektivitas Komunikasi (Y)	Respon Audiens	0,715	0,355	Valid
P11	Efektivitas Komunikasi (Y)	Perubahan Perilaku Audiens	0,749	0,355	Valid

Reliabilitas mengacu pada sejauh mana instrumen bisa memberikan skor yang konsisten, meskipun diuji berulang kali dalam situasi yang berbeda (Sekaran & Bougie, 2016). Secara internal, reliabilitas ini mencerminkan seberapa erat hubungan antara seluruh item pertanyaan dalam kuesioner untuk mengukur konsep tunggal yang sama (Hair et al., 2017). Hasil uji reliabilitas instrumen penelitian dilakukan dengan menggunakan nilai koefisien *cronbach's alpha* (α) untuk mengevaluasi dan mengukur tingkat konsistensi internal kuesioner. Tabel di bawah ini menyajikan hasil alpha untuk kedua variabel:

Tabel 1.2

Hasil Uji Reliabilitas Instrumen (*Alpha Cronbach*) (Sumber: data hasil penelitian)

Variabel	Jumlah Butir (k)	Alpha Cronbach (α)	Batas Reliabilitas (0,70)	Keputusan
Bahasa Tubuh (X)	6	0,923	0,70	Sangat Reliabel
Efektivitas Komunikasi (Y)	5	0,901	0,70	Sangat Reliabel

Berdasarkan hasil reliabilitas, kedua variabel penelitian menunjukkan konsistensi internal yang sangat baik dengan nilai *cronbach's alpha* $> 0,90$. Hal ini berarti bahwa semua butir pertanyaan kuesioner secara efektif selalu berkontribusi pada pengembangan konsep yang sama karena instrumen penelitian dianggap memenuhi syarat valid dan sangat reliabel yang diperlukan untuk melanjutkan ke analisis statistik inferensial dimasa depan.

Selain itu penggunaan statistik deskriptif ditujukan untuk menganalisis, mengkaji, dan menyajikan data kuantitatif umum yang telah dikumpulkan (Field, 2018). Secara umum, hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa dominan responden cenderung memberikan respon skala dari 1 (Sangat Tidak Setuju) hingga 5 (Sangat Setuju) terhadap pernyataan yang berkaitan dengan Bahasa Tubuh (X) dan Efektivitas Komunikasi (Y). Pembahasan hasil analisis akan disajikan dalam bentuk tabel yang mencakup ringkasan statistik deskriptif seperti rata-rata (*mean*) dan kategori interpretasi dari skor tersebut:

Tabel 1.3

Rangkuman Statistik Deskriptif Variabel Penelitian (Sumber: data hasil penelitian)

Variabel	Σ Skor Total	Rata-rata ($\bar{x}$)	Skala Maksimun	Kategori Interpretasi
Bahasa Tubuh (X)	763	4,10	5,00	Baik

Efektivitas Komunikasi (Y)	641	4,14	5,00	Baik
----------------------------	-----	------	------	------

Secara deskriptif, hasil penelitian menunjukkan bahwa sejumlah besar mahasiswa dalam program studi Ilmu Komunikasi di UT menilai positif terhadap kualitas bahasa tubuh (seperti ekspresi wajah, gerakan tangan, dan sebagainya) dan juga terhadap Efektivitas Komunikasi (Y). Perbedaan rata-rata yang minimal antara variabel $X = 4,10$ dan variabel $Y = 4,14$ mengindikasikan adanya kesamaan positif. Secara hasil deskriptif, memberikan dasar bagi hipotesis awal bahwa perbaikan bahasa tubuh berkontribusi pada peningkatan efektivitas komunikasi. Pada analisis regresi linier sederhana, salah satu persyaratan uji asumsi klasik yang penting dipenuhi untuk memastikan data valid maupun cocok dalam pemodelan linier dan sebelum melakukan pengujian hipotesis merupakan asumsi normalitas. Menurut Meyers, et.al, terpenuhinya asumsi normalitas sangat penting untuk menjamin validitas data serta mendapatkan hasil yang akurat dari uji signifikansi seperti uji t maupun uji F (Meyers et al., 2016).

Normalitas nilai residual dalam penelitian ini diuji menggunakan statistik kolmogorov-smirnov. Kriteria pengambilan keputusan adalah nilai Sig. (p-value) harus lebih besar dari 0,05 untuk menunjukkan bahwa data terdistribusi secara normal. Hasil uji menunjukkan nilai Sig. = 0,485 jauh melebihi tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Data residual yang sudah terdistribusi secara normal, dengan memastikan syarat utama untuk menggunakan statistik parametrik telah terpenuhi. Oleh karena itu, penelitian ini dapat melanjutkan analisis regresi dengan keyakinan kemudian tidak perlu khawatir hasilnya akan terpengaruh negatif oleh yang tidak normal.

Penelitian ini menggunakan koefisien korelasi (R) untuk memahami kekuatan dan arah hubungan antar variabel. Selain itu, koefisien determinasi (R^2) dihitung karena merupakan alat ukur penting yang menunjukkan seberapa efektif model regresi dalam memprediksi hasilnya atau dengan kata lain, berapa persen variasi di variabel Y yang dapat dijelaskan oleh variabel X. Menurut Albright & Winston, nilai R^2 pada dasarnya menunjukkan seberapa 'baik' dari model penelitian sesuai dengan data (Albright & Winston, 2020). Untuk mengevaluasi semua temuan ini, tabel dibawah menampilkan hasil analisis korelasi dan determinasi dari model regresi linier sederhana:

Tabel 1.4

Hasil Koefisien Korelasi dan Determinasi (Sumber: data hasil penelitian)

Model	R (Korelasi)	R^2	Adj. R^2	Std. Error of Estimate
1	0,781	0,610	0,579	1,1859

Berdasarkan pada tabel 1.4, nilai R^2 sebesar 0,610 menunjukkan hasil yang signifikan. Artinya, 61,0% dari seluruh variasi yang terjadi pada Efektivitas Komunikasi (Y) dapat dijelaskan dan disebabkan oleh Bahasa Tubuh (X). Dengan begitu, bahasa tubuh merupakan prediktor yang sangat kuat pengaruhnya. Sementara 39,0% sisanya dari variasi Y dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam model regresi sederhana seperti kualitas materi, konteks pembicaraan atau faktor eksternal lainnya.

Uji F atau uji signifikansi secara bersamaan adalah metode statistik yang digunakan untuk menilai apakah model regresi yang telah dibangun (atau dalam regresi sederhana, variabel X) memiliki daya prediktif yang berarti untuk variabel Y. Dalam konteks regresi linier

sederhana, uji F mengevaluasi hipotesis nol (H_0 : tidak ada pengaruh) terhadap hipotesis alternatif (H_a : ada pengaruh). Uji F digunakan untuk menilai signifikansi keseluruhan model regresi. Tabel berikut menyajikan hasil uji F melalui analisis ANOVA, termasuk nilai F dan tingkat signifikansi:

Tabel 1.5

Hasil Uji F (ANOVA) (Sumber: data hasil penelitian)

Model	Sum of Squares	D f	Mean Square	F_{hitung}	Sig. (p-value)
Regresi	155,451	1	155,451	45,092	0,000
Residual	100,082	29	3,451		
Total	255,533	30			

Berdasarkan tabel 1.5 menunjukkan nilai p-value (0,000) jauh di bawah $\alpha = 0,05$, sehingga keputusan statistik yang diambil adalah menolak H_0 dan menerima H_a . Hal ini secara jelas bahwa model regresi linier sederhana ini signifikan dan dapat digunakan untuk memperkirakan pengaruh bahasa tubuh terhadap efektivitas komunikasi. Model ini telah berhasil melewati validasi prediktif.

Uji t atau analisis signifikansi parsial diterapkan untuk menguji hipotesis secara individual, yaitu untuk menentukan apakah variabel Bahasa Tubuh (X) memiliki dampak signifikan terhadap Efektivitas Komunikasi (Y) (Hair et al., 2021). Selain itu, analisis ini juga menghasilkan nilai koefisien regresi (b) dan konstanta (a) yang diperlukan untuk membangun persamaan prediktif. Uji t dilakukan untuk menilai signifikansi parsial variabel independen. Tabel berikut menampilkan hasil uji t, koefisien regresi, dan persamaan regresi linier sederhana yang telah diperoleh:

Tabel 1.6

Hasil Uji t dan Koefisien Regresi Linier Sederhana (Sumber: data hasil penelitian)

Model	Koefisien B	Std. Error	t_{hitung}	Sig. (p-value)
(Konstanta) a	1,053	0,231	4,558	0,000
X (Bahasa Tubuh) b	0,792	0,118	6,715	0,000

Oleh karena itu, nilai signifikansi (0,000) lebih kecil dari 0,05, dan t_{hitung} (6,715) jauh melebihi t_{tabel} (2,045), keputusan yang diambil adalah menerima H_a . Dapat menyimpulkan bahwa bahasa tubuh memberikan dampak yang positif dan signifikan pada efektivitas komunikasi. Berdasarkan koefisien yang diperoleh, persamaan regresi linier sederhana:

$$Y' = 1,053 + 0,792X$$

2. PEMBAHASAN

Pembahasan ini menyajikan hasil analisis hipotesis statistik inferensial yang mengindikasikan adanya pengaruh signifikan bahasa tubuh terhadap efektivitas komunikasi, dan didukung oleh kerangka teori serta literatur yang relevan. Hipotesis penelitian didasarkan pada asumsi bahwa bahasa tubuh sebagai komponen nonverbal memiliki peran penting dalam mempengaruhi persepsi audiens. Hal ini sejalan dengan Model 7-38-55 Mehrabian (dalam Martha dan Sihotang, 2024) yang menekankan kontribusi bahasa tubuh mencapai sekitar 55% dari total makna komunikasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh bahasa

tubuh terhadap efektivitas komunikasi dalam presentasi, khususnya di kalangan mahasiswa program studi Ilmu Komunikasi di Universitas Terbuka.

Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas terhadap instrumen penelitian, hasilnya menunjukkan bahwa keseluruhan 11 pertanyaan yang ada dalam kuesioner terbukti valid. Hal ini dikarenakan semua item memiliki nilai ($r_{hitung} > r_{tabel} = 0,355$) yang berarti setiap pertanyaan memiliki adanya korelasi kuat dan konsisten dengan total variabel yang sedang diukur. Selain itu, pengukuran reliabilitas menggunakan koefisien alpha cronbach menunjukkan konsistensi internal yang tinggi dengan nilai (bahasa tubuh $\alpha = 0,923$ dan efektivitas komunikasi $\alpha = 0,901$), keduanya dapat dikategorikan sebagai sangat reliabel berdasarkan standar $\alpha > 0,80$. Tingkat reliabilitas yang sangat tinggi akan memberikan landasan substansial, memastikan bahwa hasil analisis regresi linier yang signifikan tidak dipengaruhi pada data konsisten dan instrumen kuat, memungkinkan identifikasi implikasi praktis dan akademik secara meyakinkan. Hal ini sejalan dengan pandangan Meyers, et.al yang menekankan bahwa instrumen yang reliabel dan valid merupakan prasyarat utama untuk menghasilkan temuan yang dapat diandalkan dalam analisis inferensial (2016).

Berdasarkan segi statistik deskriptif, hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor Bahasa Tubuh $X = 4,10$ dan Efektivitas Komunikasi $Y = 4,14$ (kategori baik), yang keduanya berada dalam kategori baik berdasarkan skala likert telah digunakan. Temuan ini mengindikasikan adanya persepsi yang kuat di kalangan mahasiswa program studi Ilmu Komunikasi di UT terhadap pentingnya bahasa tubuh dalam komunikasi dan mencerminkan pemahaman akademik tentang bagaimana komunikasi nonverbal dapat memperkuat pesan komunikasi. Nilai rata-rata yang serupa secara langsung untuk mengkonfirmasi hipotesis awal penelitian bahwa persepsi positif terhadap bahasa tubuh berkorelasi selaras dengan hasil komunikasi yang positif. Hal ini sebagaimana didukung oleh teori keselarasan (*congruence*) dalam komunikasi nonverbal yang dikemukakan oleh Martha & Sihotang (2024) dan Yulistiani (2021), di mana bahasa tubuh yang konsisten dengan kata-kata verbal dapat meningkatkan kepercayaan dan efektivitas pesan secara keseluruhan. Selain itu, persyaratan penting untuk analisis statistik parametrik merupakan uji normalitas residual yang telah terpenuhi dengan nilai p-value 0,485 ($> 0,05$) mengindikasikan bahwa data residual terdistribusi secara normal. Menurut Meyers dkk. (2016), terpenuhinya kriteria ini karena menjamin akurasi dan validitas hasil uji F dan uji t yang diperoleh, sehingga menepis kekhawatiran adanya pengaruh distribusi data yang tidak normal.

Meskipun peneliti tidak mengukur kredibilitas sumber secara eksplisit, hasil tentang bahasa tubuh memiliki implikasi langsung terhadap dimensi kredibilitas seperti yang diteliti oleh Yunita (Yunita, 2021). Bahasa tubuh yang terampil diwujudkan melalui postur terbuka, kontak mata yang konsisten, dan gerakan tubuh yang percaya diri adalah manifestasi visual dari kepercayaan diri dan keahlian pembicara dimensi utama dalam *source credibility model*. Bahasa tubuh yang konsisten dan meyakinkan berfungsi sebagai sinyal integritas yang mengurangi persepsi penipuan (*deception*) dan secara langsung meningkatkan penerimaan serta keyakinan audiens terhadap pesan yang disampaikan. Secara spesifik dalam presentasi publik, isyarat nonverbal adalah alat utama untuk mempertahankan perhatian dan meningkatkan keterlibatan (*engagement*) audiens, sebagaimana dijelaskan oleh Apriliyanti dalam penelitiannya tentang komunikasi nonverbal pada era digital sekarang (Apriliyanti, 2023). Tingginya nilai korelasi yang ditemukan dalam penelitian ini menegaskan bahwa Bahasa tubuh yang efektif berhasil menciptakan lingkungan komunikasi yang menarik dan interaktif, yang selanjutnya dapat memperkuat dampak pesan verbal. Selain itu, populasi penelitian (mahasiswa program

studi Ilmu Komunikasi) yang memiliki pemahaman akademik tinggi tentang komunikasi dapat mengindikasikan sensitivitas yang lebih besar terhadap kualitas nonverbal. Hal ini memperkuat temuan bahwa audiens berpengetahuan luas secara eksplisit mengharapkan bahasa tubuh yang efektif sebagai indikator profesionalisme dan kesiapan pembicara (Lucas & Stob, 2020).

Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 61,0\%$) menunjukkan bahwa bahasa tubuh mampu menjelaskan sekitar 60% variasi yang terjadi pada efektivitas komunikasi. Hal ini menegaskan bahwa bahasa tubuh merupakan faktor dominan meskipun masih ada 39% variasi yang belum dijelaskan oleh model ini. Temuan ini memiliki implikasi praktis yang signifikan yaitu terdapat hubungan yang erat bagi mahasiswa dan para profesional komunikasi untuk lebih memprioritaskan aspek nonverbal dalam pelatihan komunikasi. Hal ini didukung oleh koefisien regresi positif ($b = +0,792$) menunjukkan bahwa bahasa tubuh yang dinilai baik berfungsi sebagai *booster* (penguat) sebagai pesan verbal dan sesuai dengan prinsip penekanan keselarasan (*congruence*) yang dikemukakan oleh Martha & Sihotang dan Yulistiani (Martha & Sihotang, 2024; Yulistiani, 2021). Selain itu, bahasa tubuh yang efektif (seperti postur dan kontak mata) memiliki dampak langsung terhadap kredibilitas sumber (Yunita, 2021) dan dapat menjadi indikasi keahlian yang meningkatkan penerimaan audiens. Dalam presentasi publik, isyarat nonverbal menjadi alat utama untuk mempertahankan keterlibatan (*engagement*) audiens (Lucas & Stob, 2020).

Hasil analisis statistik inferensial secara konsisten mendukung hipotesis yang diajukan oleh uji f (ANOVA) menghasilkan dengan nilai $p = 0,000$ secara statistik memvalidasi bahwa model regresi untuk digunakan H_0 . Selanjutnya, uji t dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ dan $t_{hitung} = 6,715$ menunjukkan bahwa pengaruh bahasa tubuh terhadap efektivitas komunikasi memiliki pengaruh positif yang signifikan. Nilai koefisien korelasi yang tinggi ($R = 0,781$) menegaskan prinsip fundamental bahwa dalam komunikasi tatap muka, isyarat nonverbal seringkali lebih dipercaya daripada pesan verbal (Malin et al., 2017). Secara spesifik, koefisien regresi positif ($b = +0,792$) dari persamaan regresi linier sederhana $Y' = 1.053 + 0.792X$ menunjukkan adanya hubungan yang searah, yang berarti dengan asumsi variabel lain tidak berubah tetapi setiap peningkatan satu unit pada variabel bahasa tubuh akan meningkatkan efektivitas komunikasi sebesar 0,792 unit.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Ilmu Komunikasi yang secara akademik memang fokus pada untuk komunikasi nonverbal sehingga dapat meningkatkan pemahaman yang tinggi. Hasil ini pun menegaskan adanya dampak signifikan bahasa tubuh, terutama pada audiens yang telah memiliki teoretis mendalam tentang ilmu komunikasi. Meskipun demikian, peneliti perlu berhati-hati saat menggeneralisasi temuan ini pada populasi yang lebih luas atau umum untuk mengingat konteks spesifik mahasiswa UT mungkin berbeda. Bahasa tubuh adalah prediktor yang kuat (menjelaskan 61% variasi), ada sisa 39,0% variasi yang tidak dapat dijelaskan oleh model ini. Sisa ini menunjukkan adanya pengaruh faktor-faktor eksternal yang tidak diukur dalam penelitian sederhana ini meliputi kualitas materi dalam konteks psikologis penerima (seperti suasana hati maupun prasangka) dan gaya komunikasi verbal atau kondisi lingkungan (seperti kebisingan). Penelitian lanjutan disarankan untuk memperluas model ini dengan memasukkan variabel perantara seperti kecemasan komunikasi atau budaya menerapkan variasi yang ada dan meningkatkan generalisasi temuan. Dengan demikian, penelitian memberikan kontribusi akademik sekaligus praktik, maupun mendorong pengembangan pelatihan komunikasi yang lebih holistik dan berdasarkan bukti.

KESIMPULAN

Penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif ini menunjukkan temuan secara empiris yaitu adanya pengaruh signifikan dan positif dari Bahasa Tubuh (X) terhadap Efektivitas Komunikasi (Y) khususnya bahasa tubuh dari kontak mata yang sangat berpengaruh saat melakukan presentasi di depan publik. Analisis regresi linier sederhana pada mahasiswa program studi Ilmu Komunikasi di Universitas Terbuka (UT) menghasilkan koefisien korelasi (R) sebesar 0,781 yang mengindikasikan hubungan kuat antara kedua variabel tersebut, maupun persamaan model regresi dihasilkan oleh $Y' = 1,053 + 0,792X$. Hasil uji t yang sangat signifikan ($p = 0.000$) menegaskan bahwa bahasa tubuh merupakan prediktor penting untuk keberhasilan komunikasi, sejalan dengan prinsip-prinsip utama teori komunikasi nonverbal. Secara kuantitatif, kontribusi bahasa tubuh mencapai 61,0% dari variasi total ($R^2 = 0,610$) menjadikannya prediktor yang sangat kuat. Hasil penelitian ini juga menunjukkan kesesuaian dengan teori Mehrabian yang mengungkapkan bahwa bahasa tubuh menjadi faktor penentu terbesar agar pesan dapat tersampaikan pada audiens (pada penelitian Mehrabian persentase bahasa tubuh menempati 55%).

Temuan ini memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan teori, khususnya dalam memperkaya literatur mengenai *public speaking* pada era digital dengan data kuantitatif yang dikumpulkan secara konsisten mendukung validitas teori kredibilitas sumber dan teori kehadiran sosial. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat variasi sebesar 39,0% yang tidak dapat dijelaskan oleh model penelitian saat ini, dengan terdapat keterbatasan dalam generalisasi menjadi akibat penggunaan sampel spesifik (mahasiswa Ilmu Komunikasi) dimana faktor-faktor mencakup nada bicara (vokal), kualitas materi, dan faktor eksternal lainnya. Oleh karena itu, model ini berfungsi sebagai landasan empiris untuk penelitian lanjutan yang dapat menambahkan variabel perantara (seperti keterlibatan audiens) untuk menjelaskan sisa variasi (*residual variance*) tersebut. Implikasi praktis dari penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan komunikasi dan kurikulum pendidikan harus memprioritaskan penguatan aspek nonverbal, khususnya bahasa tubuh dengan memprediksi (kontribusi hingga 61,0%) dalam efektivitas komunikasi. Bagi para profesional disarankan fokus pada *upper-body language* (ekspresi wajah dan gestur) saat presentasi daring. Selain itu, untuk mengatasi kekurangan metodologi disarankan untuk pertama untuk mengambil sampel populasi yang lebih luas dan lebih beragam untuk generalisasi, mengingat sampel saat ini memiliki keterampilan literasi komunikasi tingkat yang tinggi. Kedua disarankan menggunakan metode campuran (*mixed methods*) untuk mengkombinasikan pendekatan observasi kuantitatif dan kualitatif.

REFERENSI

- Albright, S. C., & Winston, W. L. (2020). *Business Analytics: Data Analysis & Decision Making* (7th ed.). Cengage Learning.
- Apriliyanti, A. (2023). Analisis Penggunaan Komunikasi Nonverbal Pada Persentasi Kelas. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2 (7), 1554–1560. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i7.313>
- Clifton, J. (2023). *State of The Global Workplace: 2023 Report*. Gallup Inc.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Field, A. (2018). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). SAGE Publications.
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2017). *A Primer on Partial Least*

- Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM)* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Lucas, S. E., & Stob, P. (2020). *The Art of Public Speaking*. McGraw-Hill Education.
- Malin, C. H., Gudaitis, T., Holt, T. J., & Kilger, M. (2017). *Deception in The Digital Age: Exploiting and Defending Human Targets Through Computer-Mediated Communications*. Elsevier.
- Martha, A., & Sihotang, M. H. (2024). Menerapkan Keterampilan Komunikasi dengan Memperhatikan Bahasa Tubuh dan Ekspresi Wajah. *Karimah Taubid*. 3, 8637–8641.
- Masmira, A., Aminatuzzohriah, Haerani, & Herianto, E. (2024). Pengaruh Kegiatan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) Terhadap Sikap Mandiri Siswa Kelas VII. *MESIR: Journal of Management Education Social Science Information and Religion*, 1 (2), 3032-3851.
- Meyers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2016). *Applied Multivariate Research: Design and Interpretation* (3rd ed.). SAGE Publications, Inc.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research Methods for Business: A Skill Building Approach* (7th ed.). Wiley.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Bisnis: Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syafi'i, A. & Azhar, A.A. (2025). The Effectiveness of WhatsApp Social Media Utilization in Farmer Group Communication: A Study in Wonosari Village, Tanjung Morawa District, North Sumatera. *International Journal of Islamic Education, Research and Multiculturalism*, 7 (2), 727-740.
- Yulistiani, I. (2021). Komunikasi Yang Efektif dengan Bahasa Tubuh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas*, 7 (04), 282-286.
- Yunita, D. (2021). Source Model : Pengukuran Kredibilitas Celebrity Endorser. *Jurnal Manajemen dan Bisnis Sriwijaya*, 19 (2), 77-90.