

## BAB II

### KERANGKA TEORI/KERANGKA KONSEP

#### 2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu merupakan penelitian yang berfungsi untuk memaparkan perbandingan penelitian yang sudah ada sehingga penelitian kita tidak sama dan mendapat kebaharuan. Penelitian terdahulu bertujuan untuk melengkapi dan memberikan inspirasi kepada peneliti dalam mengembangkan penelitiannya, sehingga penelitian terdahulu merupakan salah satu aspek yang paling penting sebelum melanjutkan penelitian. Peneliti memiliki sepuluh jurnal yang digunakan oleh peneliti sebagai referensi penelitian terdahulu. Seluruh jurnal penelitian terdahulu membahas mengenai komunikasi perilaku komunikasi tidak baik antara satu dengan orang lain. Seluruh jurnal penelitian terdahulu membahas mengenai hambatan komunikasi namun dari subjek yang berbeda-beda.

Penelitian terdahulu yang sudah di dapatkan memiliki persamaan dalam penggunaan konsep seperti komunikasi interpersonal, *emotions*, *silence* dan *attachment theory*. Terdapat enam penelitian yang menggunakan teori komunikasi interpersonal (Harper & Welsh, 2007; Horan et al., 2015; Khodabakhsh & Le Ong, 2021; Kuster et al., 2015; Liu et al., 2015; Luthfi, 2017; Nidyansari, 2018). Lalu terdapat dua teori mengenai *attachment theory* (Haase et al., 2016; Kuster et al., 2015). Selain itu terdapat dua konsep *emotions* yang digunakan pada penelitian (Haase et al., 2016; Liu et al., 2015). Selain itu terdapat satu jurnal yang menggunakan teori kualitas pernikahan (Khodabakhsh & Le Ong, 2021). Dengan konsep yang ada pada penelitian terdahulu memberikan landasan konsep maupun teori yang membantu peneliti untuk memperdalam analisis untuk penelitian pemaknaan istri terhadap *stonewalling*. Selain itu, membantu untuk menjelaskan hubungan antara komunikasi interpersonal, emosional dan lain-lainnya.

Metodologi dari sepuluh penelitian terdahulu yang sudah ditemukan terdapat dua yang menggunakan metodologi kualitatif (Nidyansari, 2018). Sedangkan sisanya menggunakan metode kuantitatif (Dedahanov et al., 2016; Haase et al., 2016; Harper & Welsh, 2007; Horan et al., 2015; Khodabakhsh & Le Ong, 2021; Kuster et al., 2015; Liu et al., 2015; Luthfi, 2017; Rittenour et al., 2019) Metode yang digunakan kebanyakan kuantitatif. Hal ini yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu, karena penelitian ini menggunakan kualitatif untuk mendapatkan hasil penelitian mengenai pemakaian *stonewalling* bagi istri.

Penelitian ini akan berfokus terhadap pemakaian mengenai *stonewalling* bagi istri yang ter-*stonewalled* yang dikaitkan dengan komunikasi pernikahan. Para istri akan mengartikan bagaimana pengalaman dirinya sebagai orang yang ter-*stonewalled* pasangannya. Penelitian ini akan dilakukan dari sudut pandang istri yang mengalami *stonewalled* sehingga penelitian ini dapat fokus dengan pengalaman dan hal apa yang dirasakan oleh perempuan yang mendapatkan perilaku *stonewalling* terutama dalam komunikasi pernikahan.

Penelitian terdahulu banyak membahas mengenai perilaku mendiamkan pasangan namun belum ada yang fokus membahas *stonewalling* dari sisi komunikasi pernikahan yang berpusat pada istri yang mengalami *stonewalled*, kebanyakan penelitian membahas dari sisi pelaku dan dampak psikologis pelaku *stonewalling*. Di Indonesia masih belum ada yang membahas secara spesifik mengenai *stonewalling*. Dalam sisi metodologi, penelitian ini akan menggunakan metodologi kualitatif dan berbeda dari delapan penelitian terdahulu yang menggunakan metodologi kuantitatif. Peneliti ingin fokus pada pemakaian pengalaman dan perasaan istri khususnya pada pasangan yang sudah menikah lima tahun.

<b>Nama Peneliti</b>	(Liu et al., 2015)	(Kuster et al., 2015)	(Dedahanov et al., 2016)	(Harper & Welsh, 2007)	(Haase et al., 2016)
<b>Judul Artikel</b>	Exhausting Silence: Emotional Cost of Withholding Complaints	Avoidance Orientation and the Escalation of Negative Communication in Intimate Relationships	Silence as a mediator between organizational factors and stress	Keeping quiet: Self-silencing and its association with relational and individual functioning among adolescent romantic couples	Interpersonal Emotional Behaviors and Physical Health: A 20-year longitudinal Study of Long-term Married Couples
<b>Masalah dan Tujuan</b>	Mengetahui bagaimana dampak menahan keluhan dalam hubungan dan mengelola komunikasi ketidakpuasan dalam cara yang lebih baik.	Untuk mengetahui apakah penghindaran komunikasi cenderung menimbulkan komunikasi negative meningkat	Untuk menyelidiki peran mediasi silence sebagai penghubung antara keduanya hukuman, kesempatan komunikasi dan stress.	Untuk menguji hubungan antara membungkam diri sendiri dan fungsi relasional dan individu di kalangan remaja pasangan romantis.	Untuk mengetahui emosional interpersonal seperti <i>stonewalling</i> berdampak pada gejala fisik dan mengeksplorasi emosional interpersonal selama konflik
<b>Teori Konsep</b>	<i>Interpersonal conflict, Emotions</i>	<i>Interpersonal communication, Attachment theory, Avoidance goals</i>	<i>Punishment, Silence</i>	<i>Interpersonal communication, self-silencing</i>	<i>Attachment theory, Emotion</i>
<b>Jenis Penelitian, metode, Teknik, Pengumpulan data</b>	Kuantitatif, kuesioner, survei	Kuantitatif, kuesioner, survei	Kuantitatif, Kuesioner, Survei	Kuantitatif, Kuesioner, Survei	Kuantitatif, kuesioner, survei
<b>Kesimpulan penelitian</b>	Menahan keluhan seperti "silent treatment" dan <i>Stonewalling</i> dapat menyebabkan kelelahan emosional	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasangan yang menghindari konflik cenderung menunjukkan perilaku negatif saat ada pertentangan dalam hubungan mereka. Komunikasi negatif dari pasangan dapat memicu peningkatan perilaku negatif jika tidak ada upaya perbaikan hubungan.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa hukuman dan peluang komunikasi berhubungan dengan keheningan. Keheningan berkaitan positif dengan stres, menjadi perantara antara hukuman dan stres. Namun, diam tidak menjadi perantara dalam hubungan antara peluang komunikasi dan stres	Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi pembungkaman diri (self-silencing) remaja perempuan, semakin rendah kepuasan dalam hubungan romantis mereka. Ini berarti pembungkaman diri berdampak pada berbagai aspek hubungan, termasuk komunikasi, kualitas hubungan, dan perkembangan individu dalam hubungan romantis	Perilaku emosional seperti <i>stonewalling</i> dalam interpersonal pernikahan dapat meningkatkan gejala Kesehatan fisik, penting sekali manajemen konflik yang sehat dan efektif untuk kesejahteraan fisik
<b>Persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan</b>	Keduanya membahas mengenai dampak emosional dari tindakan menghindari komunikasi. Perbedaannya dari sisi subjek.	Keduanya membahas bahwa penghindaran komunikasi sebagai hambatan. Perbedaannya pada pemaknaan perilakunya dan metode yang digunakan berbeda	Keduanya membahas mengenai <i>stonewalling</i> dampak negative dan perbedaannya metode yang digunakan dan hasilnya fokus pada dampak sedangkan penelitian ini fokus pada makna	Keduanya membahas mengenai penghindaran komunikasi pada hubungan. Bedanya fokus subjeknya penelitian ini pasangan menikah sedangkan jurnal pasangan remaja	Keduanya membahas mengenai <i>stonewalling</i> dalam pernikahan perbedaannya pada tujuannya di mana jurnal membahas mengenai dampak sedangkan penelitian ini membahas mengenai pemaknaan

**Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu**

<b>Nama Peneliti</b>	(Rittenour et al., 2019)	(Khodabakhsh & Le Ong, 2021)	(Nidyansari, 2018)	(Luthfi, 2017)	(Horan et al., 2015)
<b>Judul Artikel</b>	Socializing the Silent treatment: Parent and Adult Child Communicated Displeasure, Identification, and Satisfaction	Impact of Parent Phubbing on Marital quality among married couples in Malaysia: Moderating Effect of	Ketidakharonisan komunikasi dalam keluarga pada pembentukan pribadi anak (Pendekatan Humanistik)	Komunikasi interpersonal suami dan istri dalam mencegah perceraian di Ponogoro	Understanding relationship among the dark triad personality profile and romantic partners' conflict communication
<b>Masalah dan Tujuan</b>	Ingin mengetahui <i>Silent treatment</i> dalam hubungan keluarga memengaruhi komunikasi, kepuasan hubungan dan dampak terhadap harga diri anak dewasa	Ingin mengetahui fenomena phubbing, yang mengabaikan pasangan untuk konsentrasi pada ponsel dapat merusak	Bertujuan untuk mengetahui pentingnya komunikasi dalam keluarga dan bagaimana hal tersebut dapat membentuk kepribadian anak	Menganalisa pengaruh komunikasi interpersonal yang terjadi antara suami dan istri dalam mencegah perceraian	Untuk mengetahui hubungan antara kepribadian dark triad (narsisme, manipulative, psikopat) dalam komunikasi konflik
<b>Teori konsep</b>	<i>Silent treatment, Self-esteem,</i>	<i>Komunikasi interpersonal, kualitas pernikahan</i>	Harmonisasi, Humanistik, komunikasi interpersonal	Komunikasi interpersonal	<i>Dark triad, The four horsement of apocalypse</i>
<b>Jenis penelitian, metode, Teknik, Pengumpulan data</b>	Kuantitatif, kuesioner, survei	Kuantitatif, kuesioner, survei	Kualitatif, fenomenologi: wawancara mendalam	Kualitatif, deskriptif: wawancara	Kuantitatif, kuesioner, survei
<b>Kesimpulan penelitian</b>	Hasil penelitian ini silent treatment tidak hanya memengaruhi hubungan antara orang tua tapi juga berdampak buruk ada harga diri anak	Hasil dari penelitian adalah phubbing pasangan yang sudah menikah memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas pernikahan.	Komunikasi interpersonal yang buruk dapat menyebabkan perpecahan keluarga bahkan dapat menyebabkan penyimpangan kepribadian anak dalam bermasyarakat	Hasil penelitiannya adalah komunikasi yang kurang baik dapat menyebabkan perceraian. Penyebab ketidakharmonisan adalah kurang jujur, ketidakpercayaan dan komunikasi yang tidak efektif	Hasil penelitiannya adalah seseorang dengan latar belakang dark triad cenderung melakukan komunikasi yang merusak seperti penghinaan, kritik, defensivitas dan <i>stonewalling</i> sehingga hal ini dapat memengaruhi dinamika hubungan romantis
<b>Persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan</b>	Keduanya membahas mengenai komunikasi tidak terbuka memiliki dampak buruk dan perbedaannya di metode dan subjek jurnal ini membahas kepada dampak keluarga	Keduanya membahas mengenai hambatan komunikasi (mengabaikan) perbedaannya fenomena <i>phubbing</i> dan <i>stonewalling</i> selain itu metodenya juga berbeda	Keduanya membahas mengenai hambatan komunikasi mempengaruhi hubungan perbedaannya pada fokus subjeknya	Keduanya membahas mengenai komunikasi dalam hubungan pernikahan dan perbedaannya pada tujuannya.	Keduanya membahas mengenai <i>stonewalling</i> dalam konteks pernikahan perbedaannya jurnal ini fokus pada dampak dan penelitian ini fokus pada pemakanan

## 2.2 Konsep yang digunakan

### 2.2.1 Stonewalling

*Stonewalling* adalah komunikasi yang tidak kooperatif yang secara strategis menghambat dan menunda aliran informasi (Smithson & Venette, 2013). *Stonewalling* merupakan respon langsung untuk menghalangi informasi tanpa menyangkal respon atau melepaskan kendali, *stonewalling* digunakan sebagai taktik yang menyimpang dan bertujuan untuk melindungi diri dari tanggung jawab (Smithson & Venette, 2013).

*Stonewalling* terdiri dari dua jenis, yaitu *unintentional stonewalling* dan *intentional stonewalling*. Pertama, *unintentional stonewalling* (penghalang yang tidak disengaja) merupakan perilaku *stonewalling* yang bertujuan untuk pertahanan diri. Biasanya terjadi pada orang yang merasakan kewalahan karena sudah tidak lagi dapat melindungi diri sendiri. Dalam jenis ini, mereka tidak sengaja melakukan *stonewalling* karena sudah mencapai titik batas emosi yang mereka rasakan, misalnya pasangan merasa tidak punya pilihan lain sehingga melakukan *stonewalling* untuk melindungi diri sendiri. Kedua, *intentional stonewalling* (penghalang yang disengaja) merupakan perilaku *stonewalling* yang diperhitungkan dan dilakukan secara sengaja untuk membuat pasangannya merasa tidak berarti. *Intentional stonewalling* sangat berbahaya karena termasuk bentuk pelecehan dan dapat membuat lawan bicara meragukan dirinya sendiri (Goff, 2022).

Menurut Susskind dan Field dalam Fowler & Dillow (2011) istilah tersebut secara bergantian *stonewalling* didefinisikan dalam istilah komunikasi “berdiam diri” dan “membungkam. Diam adalah hal yang tidak boleh dilakukan. Dr. Gottman mengemukakan *The Four Horsemen* seperti *criticism, contempt, defensiveness, dan stonewalling*. Dr. Gottman (1992) dalam Fowler & Dillow (2011) mendefinisikan *stonewalling* adalah perilaku komunikasi negatif yang dapat mengakibatkan kerusakan relasi, *stonewalling* menciptakan jarak antara pasangan karena sikap yang tidak

responsif terhadap upaya berkomunikasi, merespon dengan hanya menghela nafas ataupun menarik diri dari interaksi dengan pasangan.

Penelitian telah menunjukkan bahwa sikap *stonewalling* dikaitkan dengan meningkatnya ketidakpuasan hubungan, kualitas hubungan menjadi lebih rendah daripada seharusnya pasangan, dan akibat *stonewalling* memungkinkan adanya terjadi putus hubungan atau perceraian menjadi lebih tinggi Fowler & Dillow (2011). *Stonewalling* menciptakan rasa jarak emosional dan keterputusan di antara dua orang yang berpasangan dan mengarah pada perasaan kesepian akibat didiamkan. *Stonewalling* dapat membuat hubungan menjadi rusak karena terhalangnya komunikasi dapat merusak kepercayaan dan keintiman (Fowler & Dillow, 2011).

Suami yang mengabaikan dan sibuk cenderung mendominasi istri, mendominasi seperti yang ditandai dengan "untuk memaksa kepatuhan, untuk membuat orang lain menarik diri, mundur, atau tunduk pada pandangannya sendiri" hal ini dinyatakan oleh Gottman tahun (1995) dalam Babcock et al. (2000). Penelitian menunjukkan bahwa laki-laki lebih sering dan aktif dalam merendahkan pasangannya ataupun mengurui pasangannya agar tunduk ataupun patuh, hal ini terjadi karena suami melakukan *stonewalling* untuk menyingkirkan pasangan secara sadar dengan cara mendominasi (Babcock et al., 2000). *Stonewalling* dalam pernikahan dapat disebabkan oleh rasa takut, cemas, dan frustrasi. Meskipun *stonewalling* dapat menyakitkan, tidak selalu bertujuan buruk dan seringkali merupakan mekanisme pertahanan yang digunakan oleh orang-orang yang merasa tidak berdaya atau memiliki harga diri yang rendah. Dalam pernikahan, *stonewalling* dapat merusak hubungan dan memperburuk situasi. *Stonewalling* juga dapat dikaitkan dengan kurangnya penghargaan dan rasa kagum terhadap pasangan.

Pada dasarnya laki-laki tidak memiliki strategi untuk melepaskan diri secara efektif dalam menghadapi konflik, berbeda dengan perempuan yang melepaskan emosi dengan melakukan pertengkaran, mengancam ataupun

memprovokasi (Babcock et al., 2000). Perilaku *stonewalling* memberikan strategi bagi seseorang yang ingin menghindari penerimaan tanggung jawab, hal ini tidak efektif karena akan merusak sebuah hubungan (Smithson & Venette, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Gottman & Laveson dalam (Horan et al., 2015) mengungkapkan bahwa tindakan yang dapat menyebabkan perpisahan atau perceraian dalam pernikahan salah satunya adalah *stonewalling* yang bersifat defensif akan konflik yang terjadi pada hubungan pernikahan. Perilaku *stonewalling* dan defensif dapat membuat seseorang menghindar dari komitmen dan pasangan. Perilaku seperti ini dapat juga memberikan dampak negatif yang memberikan dan memungkinkan pasangan untuk menghindari peningkatan komitmen. Hal ini menyebabkan terjadi hubungan berjangka pendek (Horan et al., 2015).

*Stonewalling*, yang mengacu pada komunikasi dengan sedikit atau tanpa umpan balik, kontak mata, atau kontribusi terhadap percakapan saat terjadi konflik (McNelis & Segrin, 2019), mempunyai dampak buruk pada hubungan pernikahan. Penelitian menyampaikan bahwa baik hubungan maupun pasangan tidak sebanding dengan waktu atau upaya untuk memperjuangkan hubungan tersebut. *Stonewalling* adalah salah satu dari "Four Horses of the apocalypse" yang dijelaskan oleh Gottman dalam (McNelis & Segrin, 2019), yang juga mencakup kritik, sikap defensif, dan penghinaan. Pola komunikasi yang merusak ini, termasuk sikap *stonewalling* yang memprediksi kemungkinan perceraian yang lebih besar dalam 15 tahun pertama pernikahan. Selain itu, sikap diam juga dikaitkan dengan kesejahteraan yang buruk (McNelis & Segrin, 2019).

Dr. Andandika Pawirti (2021) karakteristik orang melakukan *stonewalling* terhadap pasangannya:

1. Pelaku *stonewalling* akan mulai mengabaikan pasangan saat sedang berbicara.

2. Memutar mata saat sedang diajak bicara atau menunjukkan bahasa tubuh yang merendahkan.
3. Pelaku *stonewalling* tidak mau atau menolak untuk melakukan kontak mata dengan pasangannya.
4. Pelaku *stonewalling* mengabaikan dan tidak mendengarkan kekhawatiran pasangannya saat sedang berdiskusi.
5. Saat lawan bicara sedang membicarakan hal yang serius, pelaku *stonewalling* akan mencari kesibukan lainnya.
6. Saat mulai berbicara, pelaku *stonewalling* akan mulai membela diri dengan menyalahkan pasangannya.

Penelitian menunjukkan sikap *stonewalling* dikaitkan dengan gaya penghindaran yang ditandai dengan ketakutan akan keintiman dan kecenderungan untuk menghindari kedekatan emosional. Seseorang yang melakukan *stonewalling* biasanya mengalami kesulitan untuk mengekspresikan emosinya dan memilih untuk menarik diri atau menutup diri selama konflik berlangsung, biasanya dalam percakapan yang sulit atau tegang pelaku *stonewalling* memilih diam dan menarik diri (McNelis & Segrin, 2019). *Stonewalling* sering terjadi pada seseorang yang memiliki riwayat perceraian atau tidak pernah menjalani hubungan yang intim, dengan begini menunjukkan bahwa orang tersebut tidak bisa berkomunikasi karena kesulitan dan terbawa karena masa lalunya yang sulit mempertahankan pola komunikasi yang sehat (McNelis & Segrin, 2019). Seseorang yang memiliki resolusi konflik yang buruk menunjukkan sikap *stonewalling* karena pelaku *stonewalling* merasa terbebani atau merasa *overwhelming* selama konflik sehingga menutup diri dan menghindari percakapan.

Dr. John Gottman tentang stabilitas pernikahan, terdapat tiga hal krusial mengenai *stonewalling* (Fowler & Dillow, 2011):

1. Komunikasi yang merusak yang bisa menyebabkan perpisahan jika tidak segera diperbaiki oleh kedua belah pihak
2. *Stonewalling* bukan tindakan kekerasan keras kepala yang disengaja oleh seseorang. *Stonewalling* terjadi karena respon tubuh manusia saat ingin melindungi diri dari rasa bahaya atau ketidaknyamanan akan perdebatan. Seseorang yang melakukan *stonewalling* membuat pernapasan menjadi tidak stabil karena adanya ketegangan, dan mereka menjadi lumpuh secara mental
3. *Stonewalling* merupakan penghalang bagi komunikasi. *Stonewalling* bersifat merusak, namun sebenarnya *stonewalling* dapat dicegah dan dihindari.

Pada buku *Love is Action verb* terdapat beberapa peringatan, seperti di saat seseorang sudah mulai *overwhelming* karena perdebatan dengan pasangan, orang tersebut akan merasakan denyut jantung mulai meningkat, nafas tidak teratur, merasa tidak bisa mendengarkan ataupun berkomunikasi dengan baik seperti biasanya. Orang tersebut juga menjadi tidak bisa berbicara atau kebingungan, dan kesulitan menemukan kata-kata yang tepat. Lalu, saat berbicara nada suara menjadi lebih lantang dan tajam. Bahkan, seseorang menjadi lebih defensif kepada pasangan daripada terbuka dan jujur terhadap apa yang dikatakan. Jika sudah mengalami hal seperti ini lebih baik mengatakan yang sebenarnya dan menenangkan diri.

### **2.2.2 Komunikasi interpersonal dalam komunikasi pernikahan**

Menurut Lesere, Ake-Yeyeodu, dan Oladun dalam (Nyarks & Hope, 2022) mendefinisikan pernikahan adalah hubungan sosial yang dilembagakan dan sebuah peristiwa penting diantara laki-laki dan perempuan. Terdapat juga pengertian pernikahan menurut Haviland (2000) dalam Özyiğit (2017) pernikahan adalah suatu hubungan antara laki-laki dan perempuan yang diakui oleh masyarakat sebagai legalitas atas akses seksual antara satu sama

lain. Pernikahan, yang mengikat dua individu dalam cinta dan keinginan untuk berbagi suka dan duka sejak zaman, telah tumbuh dan berkembang dengan tujuan yang semakin beragam dalam kehidupan pasangan yang bersangkutan. Salah satu tujuan utamanya adalah membentuk keluarga yang stabil, kesehatan fisik dan mental, serta kebahagiaan hidup mereka.

Penelitian yang sudah dilakukan oleh Omenu (2007), Sherif & Stritof (2005) dan Esere (2006) menunjukkan hingga setuju bahwa faktor penting dalam pernikahan yang sukses adalah komunikasi. Ekajume-Ilongo (2012) dalam Nyarks & Hope (2022) menyatakan bahwa komunikasi adalah inti dasar dari segala pernikahan, komunikasi yang efektif dalam apapun yang berkaitan dengan pemahaman, perasaan, keinginan, kebutuhan, dan gagasan. Penelitian yang dilakukan Adegoke & Esere (2008), perceraian banyak terjadi karena tidak adanya komunikasi antara suami dan istri, akan banyak masalah yang terjadi dan tidak ada masalah yang terpecahkan karena minimnya komunikasi (Nyarks & Hope, 2022).

(DeVito, 2018) menyatakan bahwa komunikasi yang efektif sangat penting untuk menjaga dan membangun hubungan yang baik dan berkelanjutan, saat komunikasi tidak berjalan dengan baik, hubungan tidak akan pernah terjalin baik dan selalu terjadi masalah. Penelitian Santrock (1995) dalam Saidiyah et al. (2016) kehidupan pernikahan masuk kedalam lima tahapan siklus kehidupan keluarga yaitu mempersiapkan diri untuk meninggalkan rumah untuk menjadi orang yang mandiri dan bertanggung jawab secara emosional. Semua pasangan merencanakan pertanggung jawaban pribadi saat menikah dan berkeluarga agar dapat hidup dengan baik. Kehidupan pernikahan akan mengalami masalah dan mendorong komitmen yang seimbang dan berkembang dalam hubungan pernikahan termasuk membangun dan menyetujui gaya komunikasi, saling mendengarkan dan berjalan untuk bertumbuh bersama pasangan daripada menghindari konflik (Saidiyah et al., 2016).

Berkomunikasi efektif pada pernikahan merupakan pusat pembentukan hubungan pernikahan yang baik, dengan adanya komunikasi yang efektif menjadi penghubung yang baik untuk nilai, sikap, perilaku, perasaan, pengetahuan, keyakinan seseorang. Penelitian eksperimental yang dilakukan Filani (1985) dalam Esere et al. (2014) dilakukan mengenai pengaruh keterampilan komunikasi dalam pernikahan dan gaya komunikasi kepada pasangan menunjukkan bahwa kegagalan dalam pernikahan adalah komunikasi yang baik, jika salah satu pasangan cukup rendah hari untuk berlatih menjadi komunikator yang baik cenderung memiliki hubungan akan menjadi lebih baik dan bahagia sehingga hubungan berlangsung dalam jangka waktu panjang. Komunikasi yang efektif dalam pernikahan juga memungkinkan pasangan untuk mengatasi konflik dengan lebih baik dan menciptakan rasa pemahaman yang lebih dalam satu sama lain. Hal ini dapat memperkuat ikatan emosional dalam hubungan pernikahan, menciptakan keseimbangan yang positif, dan memberikan dasar yang kokoh bagi hubungan yang berlangsung jangka panjang. Dengan demikian, penekanan pada pengembangan keterampilan komunikasi dan gaya komunikasi yang positif dapat menjadi faktor penentu kesuksesan dalam pernikahan.

Terdapat beberapa hambatan komunikasi yang efektif pada pasangan yang sudah menikah (Esere et al., 2014):

1. Pasangan sering kali membicarakan hal tidak baik yang berujung pada kesalahpahaman. Disebabkan oleh kurangnya keterampilan komunikasi yang efektif dalam mengatasi masalah,
2. Saat terjadi masalah mulai membicarakan atau membandingkan dengan masa lalu, sehingga hal ini membuat komunikasi tidak efektif dan memicu pertengkaran dengan pasangan.
3. Nada suara yang lebih keras dari biasanya dalam percakapan adalah indikator lain dari hambatan komunikasi dalam pernikahan. Kenaikan nada suara yang keras dalam interaksi komunikasi bisa

menjadi tanda adanya eskalasi emosi, yang dapat mempersulit komunikasi yang efektif. Ini menunjukkan pentingnya pengendalian emosi dalam komunikasi pernikahan.

4. Komunikasi yang minim karena interaksi yang tidak begitu banyak membuat komunikasi menjadi tidak stabilan konflik. Terbatasnya interaksi dapat menghambat pertukaran informasi, pemecahan masalah, dan perkembangan komunikasi yang sehat dalam pernikahan.

Noller & Fitzpatrick dalam (Ilongo, 2012) menemukan bahwa komunikasi dan kepuasan dalam hubungan pernikahan menyatakan semakin pasangan menilai komunikasinya efektif dan positif, hubungan akan terasa lebih puas. Dengan komunikasi yang terbuka dan saling mau mendengarkan mengenai satu sama lain, pernikahan cenderung dapat dinikmati, komunikasi yang efektif antara dua orang yang mendiskusikan berbagai topik, bisa menyampaikan pikiran dan perasaan yang jujur dalam menyelesaikan konflik membantu hubungan pernikahan menjadi lebih intim dan memahami pasangan (Ilongo, 2012). Temuan menunjukkan kegiatan seperti sering berbicara, menghabiskan waktu bersama, dan saling mendukung dapat meningkatkan kepuasan pernikahan yang tinggi, salah satu alasannya adanya pemikiran waktu yang dihabiskan bersama pasangan merupakan kegiatan yang dipandang sebagai investasi dalam pernikahan (Ploy & Beer, 2018).

Untuk membuat suatu hubungan pernikahan menjadi harmonis terdapat beberapa strategi yang dapat dilakukan oleh kedua pasangan, strategi yang disimpulkan dari buku Gottman (2015) *The seven principles for making marriage work* dan buku *The Oxford handbook of close Intimate relationships* dalam (Ilongo, 2012):

1. Komunikasi efektif

Komunikasi antara satu dan lain harus terbuka dan jujur. Hal ini mencakup saling mendengarkan satu sama lain secara aktif, dapat

mengungkapkan perasaan dan pikiran dengan jelas saat terjadi konflik maupun tidak, bersikap hormat dan pengertian kepada pasangan. Mengomunikasikan masalah ataupun kekhawatiran yang terjadi mengenai pernikahan.

2. Membangun kepercayaan

Rasa kepercayaan yang dibangun oleh kedua pasangan membuat hubungan semakin kuat dan komunikasi menjadi efektif. Dengan tidak pernah berbohong, menepati janji dan menghindari penyimpanan rahasia yang tidak diketahui oleh pasangan.

3. Menghabiskan waktu bersama

Hubungan dapat semakin romantis, erat saat menghabiskan waktu berkualitas bersama pasangan, dengan melakukan hal-hal yang disukai oleh pasangan, melakukan percakapan yang mendalam agar menciptakan komunikasi yang efektif.

4. Tidak menghindari konflik

Dalam hubungan pernikahan konflik tentu akan terjadi dan harus diselesaikan dengan cara yang efektif, seperti mendengarkan dan mengungkapkan sesuatu sehingga dapat menemukan solusi dalam konflik yang dialami. Mengomunikasikan dengan hormat tanpa meremehkan ataupun mengkritik pasangan, fokus terhadap solusi terhadap konflik.

5. Berikan dukungan emosional

Memberikan selalu dukungan emosional, empati dan pengertian agar dapat saling mengerti satu sama lain. Berada untuk satu sama lain saat sedang melewati masa-masa baik maupun tidak.

Komunikasi yang efektif dalam pernikahan memiliki manfaat untuk mempertahankan hubungan dan keharmonisan seperti kehidupan pernikahan menjadi lebih damai dan bahagia karena komunikasi yang terbuka sehingga pasangan dapat mendiskusikan hal apapun dan dapat mengurangi perkelahian ataupun konflik. Kedua, pernikahan merupakan hubungan antara dua orang jadi harus seimbang satu sama lain sehingga hal

ini dapat membangun kepercayaan dalam hubungan pernikahan. Ketiga, pemahaman mengenai pasangan menjadi lebih baik, komunikasi yang teratur bukan hanya memberikan pemahaman antara satu sama lain namun membantu mereka untuk memiliki pemahaman yang baik mengenai pemikiran dan perasaan satu dengan yang lainnya sehingga dapat menghindari kesalahpahaman. Keempat, bersikap ekspresif dan vokal adalah salah satu cara terbaik untuk menunjukkan emosi Anda terhadap pasangan, yang akan menghasilkan hubungan yang lebih baik (Nyarks & Hope, 2022).

Komunikasi pernikahan terdapat tingkat dan frekuensi penerapan komunikasi dalam percakapan yang berdampak pada penyelesaian dan perkembangan masalah komunikasi dalam pernikahan sebagai berikut (Nyarks & Hope, 2022):

1. *Peak communication*

Pada tingkat ini komunikasi yang terjadi secara jujur dan terbuka secara emosional. Komunikasi yang mendalam mengenai keintiman antara orang yang terlibat dalam percakapan, tingkat komunikasi yang sudah merasa nyaman sehingga berani untuk terbuka mengenai perasaan, pemikiran dan pengalaman. Tingkat pasangan dapat memahami perasaan satu sama lain.

2. Ide dan penilaian

Tingkat komunikasi yang mendalam antara pasangan pernikahan yang kedua belah pihak dapat berbicara mengenai ide, pendapat dan keputusan secara jujur dan terbuka. Tingkat komunikasi yang pasangannya menjaga kualitas komunikasi dan tetap memperhatikan penyampaian dan gaya bicara agar hubungan tetap harmonis. Tingkat pasangan mau menjaga komunikasi dengan hormat, bijaksana, dan berusaha mengomunikasikan keputusan yang akan diambil secara bersama-sama.

3. Menyuarakan dan mendengarkan kebutuhan satu sama lain

Pada tingkat komunikasi ini, pasangan secara aktif dan sadar mendengarkan kebutuhan satu sama lain. Pasangan saling menyadari bahwa kedua belah pihak memiliki kebutuhan yang sama. Tingkat komunikasi ini bukan hanya mendengar namun saling memahami dan merespon kebutuhan pasangan. Tingkat komunikasi yang sangat memuaskan karena pasangan merasa saling terhubung. Pada komunikasi tingkat ini, kesalahpahaman komunikasi akan sangat minim karena membuat tingkat kepercayaan menjadi semakin tinggi dalam suatu hubungan pernikahan. Tingkat komunikasi yang sangat positif dan memuaskan karena melibatkan emosional antara kedua belah pihak.

#### 4. *Feelings* (emosi)

Tingkat komunikasi yang mengungkapkan emosi dan perasaan kepada pasangan dan mampu mengidentifikasi perasaan dan mengomunikasikan kepada pasangan secara terbuka. Terbuka tentang perasaan menjadi hal yang sulit karena ketakutan pasangan tidak dapat menoleransi kejujuran emosional, dan banyak penelitian yang menyebutkan bahwa ketidakjujuran emosional menyebabkan hubungan yang tidak harmonis. Namun pada tingkatan ini pasangan dapat mengungkapkan perasaan secara jujur dan terbuka.

#### 5. Percakapan sederhana atau klise

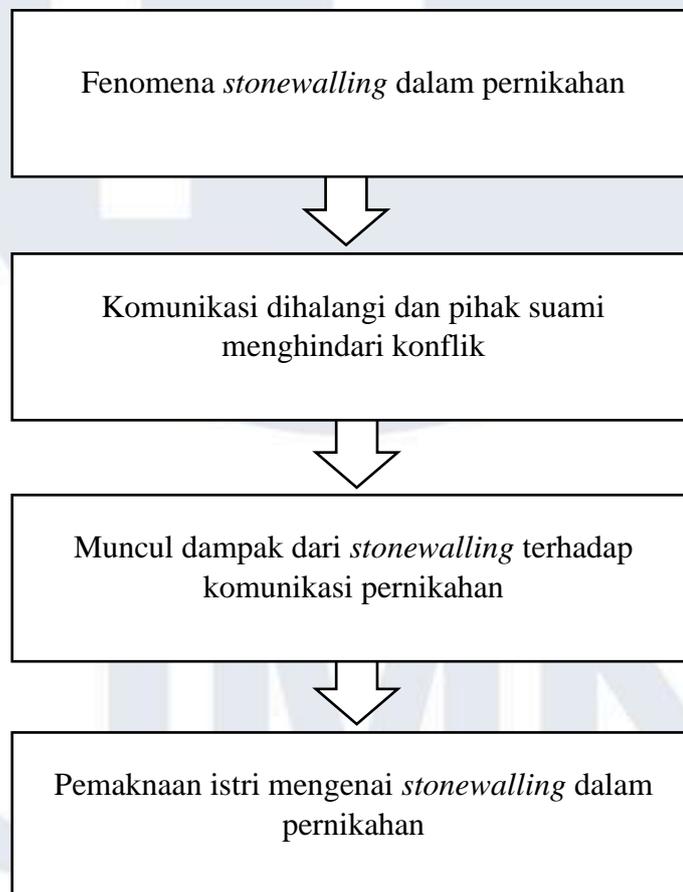
Tingkat komunikasi terbatas pada hal-hal yang mendasar. Tingkat komunikasi yang minim emosi, pemikiran yang mendalam atau perbincangan yang mendalam. Tingkat komunikasi yang tujuannya untuk bertukar informasi dengan pasangan, percakapan yang terjadi pada situasi sehari-hari dan rutinitas.

Pada hubungan pernikahan akan terdapat konflik yang terjadi, hal tersebut juga dapat diperbaiki dengan saling mengomunikasikannya dengan baik dan saling terbuka mengenai proses pemecahannya, sebagai berikut DeVito (2018):

1. Menggunakan pesan “saya” dan bertanggung jawab atas perasaan pasangan. Tidak menggunakan kata “kamu” sehingga pasangan tidak merasa tertuduk atau tersalahkan dengan begini komunikasi bisa lebih konstruktif dan tidak terbawa oleh perasaan terlalu mendalam
2. Mendengarkan pasangan dalam mengeksplorasi dan mengekspresikan pikiran dan perasaan yang relevan. Keterampilan komunikasi yang memberikan perhatian penuh kepada pasangan, mengajukan pertanyaan agar mendapat informasi dan pemahaman mengenai pasangan dengan begitu pasangan akan terasa lebih dihargai, dipahami dan didengar
3. Menggunakan prinsip ireversibilitas, berpikir secara mendalam sebelum melontarkan kalimat kepada pasangan, karena setelah berbicara kalimat tidak akan bisa dikembalikan. Oleh karena itu sangat penting untuk mempertimbangkan penggunaan kata dan tindakan sebelum diucapkan terutama pada saat diri merasa emosional atau konflik memanas. Dengan melakukan prinsip reversibilitas membuat lebih tenang dan mencegah keretakan pada hubungan semakin retak.
4. Menjaga komunikasi tetap terbuka dengan bersedia mendiskusikan atau mengomunikasikan konflik dengan tujuan menghasilkan solusi dan mempraktikkan komunikasi baru agar lebih efektif. Penting menjaga komunikasi dengan pasangan agar terbuka dan sehat, dan belajar berkembang dalam komunikasi hubungan agar tidak terjadi penumpukan masalah dan hubungan terus berkembang dengan baik dalam jangka waktu yang panjang.

### 2.3 Alur Penelitian

Konsep yang telah dijabarkan, terdapat alur penelitian yang fokusnya pada pemaknaan mengenai perilaku *stonewalling* bagi istri yang mengalami *stonewalled*. Alur penelitian akan berurutan, dimulai dari fenomena *stonewalling* yang terjadi pada pasangan sudah menikah dan setelah itu muncul dampak dari *stonewalling* terhadap komunikasi pernikahan. Setelah itu dikaitkan dengan sudut pandang dan pemahaman dari istri yang mengalami *stonewalled*.



Gambar 2.1 Alur Penelitian