

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pernikahan adalah hubungan sosial yang sah antara dua individu yang diakui oleh masyarakat, biasanya antara pria dan wanita, yang diatur dengan norma dan hukum yang berlaku di masyarakat (J. R. Thurman, 2020). Pernikahan menjadi salah satu momen yang dinanti-nanti oleh seseorang di dalam hidupnya. Momen ini merupakan momen yang sakral, dimana akan ada dua individu yang disatukan menjadi kesatuan yang harus berkolaborasi dalam menjalankan hidup bersama. Pernikahan adalah bentuk hubungan jangka panjang yang tidak hanya didasarkan pada komitmen emosional, tetapi juga tanggung jawab sosial dan hukum (Santrock, 2019).

Dalam konteks hukum di Indonesia, pernikahan diatur dalam Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan. Pasal 1 undang-undang tersebut menyatakan bahwa: “Perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami istri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa.” Dengan demikian, pernikahan di Indonesia tidak hanya dilandasi oleh norma sosial dan budaya, tetapi juga oleh landasan hukum dan religius yang menekankan tanggung jawab serta kesakralan hubungan suami istri. Jika dibayangkan, pernikahan merupakan hal yang indah dan bahagia. Namun di dalam hubungan, dua individu yang dipersatukan harus menjalin komunikasi yang baik agar terhindar dari konflik yang akan datang.

Dalam realita sosial saat ini, pernikahan menghadapi banyak tantangan, termasuk meningkatnya kasus perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Berdasarkan data dari Komnas Perempuan (2023), terdapat 459.094 kasus kekerasan terhadap perempuan, dan sebanyak 79% di antaranya terjadi dalam ranah personal, termasuk kekerasan dalam rumah tangga. Selain itu, menurut laporan The Gottman Institute (2021), perselingkuhan menjadi salah satu penyebab utama perceraian, di mana 68 persen pasangan menyatakan perselingkuhan dipicu

oleh kurangnya koneksi emosional dan kegagalan dalam komunikasi yang intim. Hal tersebut menunjukkan bahwa bukan hanya faktor ekonomi atau eksternal yang menjadi penyebab retaknya pernikahan, tetapi juga kurangnya kualitas komunikasi interpersonal antar pasangan.

Salah satu faktor yang mempengaruhi menurunnya kualitas komunikasi dalam pernikahan adalah perubahan norma sosial dan budaya. Norma sosial yang dulunya menekankan pentingnya pernikahan di usia muda kini telah bergeser. Generasi muda saat ini lebih fokus terhadap pengembangan diri dan karier, serta memandang pernikahan sebagai salah satu dari banyak pilihan hidup, bukan sebagai keharusan sosial (Nafis, 2024).

Pada era sebelum perkembangan kesetaraan gender, khususnya hingga awal abad ke-21, norma sosial tradisional masih menetapkan peran pria sebagai pencari nafkah utama, sementara wanita dianggap bertanggung jawab atas urusan domestik (Connell & Pearse, 2015). Namun pada saat ini, terdapat perkembangan berupa adanya kesetaraan gender dan pemberdayaan wanita. Perubahan norma sosial dan budaya telah mempengaruhi pandangan individu terhadap pernikahan dan perceraian. Norma sosial tradisional saat ini sudah tidak terlalu dijadikan pedoman untuk bertindak. Dengan adanya perkembangan ini, pandangan individu terhadap pernikahan dan perceraian menjadi berubah juga.

Norma sosial dahulu juga seringkali mengharuskan pernikahan di usia muda, namun kini banyak individu yang menunda pernikahan dan berfokus untuk mengembangkan pendidikan dan karir terlebih dahulu. Masyarakat berlomba-lomba untuk mencapai mimpinya, dan pernikahan bukanlah suatu kewajiban untuk dilakukan. Dalam masyarakat modern, pernikahan tidak lagi dianggap sebagai kewajiban sosial, melainkan sebagai pilihan sadar yang dipengaruhi oleh kondisi personal dan peluang hidup, terutama di kalangan perempuan berpendidikan tinggi (Hook & Wolfe, 2023). Maka dari itu, angka pernikahan menjadi cenderung lebih rendah dengan adanya perkembangan sosial ini.

Komunikasi interpersonal dalam suatu pernikahan merupakan fondasi utama dalam membangun hubungan pernikahan yang sehat dan harmonis. Menurut Joseph A. DeVito, komunikasi interpersonal adalah proses pengiriman dan

penerimaan pesan antara dua orang atau lebih yang melibatkan umpan balik langsung dan memiliki efek tertentu pada hubungan mereka. Komunikasi sering terlihat sebagai suatu hal yang sederhana, namun banyak konflik yang ditimbulkan akibat kesalahpahaman dalam berkomunikasi. Di dalam hubungan pernikahan, komunikasi bukan hanya aktivitas pertukaran informasi. Ada banyak hal yang menjadi aspek dalam komunikasi pernikahan, mencakup kebutuhan emosional, ekspresi perasaan, pemahaman antar pasangan, serta adaptasi dengan satu sama lain. Ditekankan oleh Aji et al. (2023) bahwa komunikasi interpersonal yang efektif ditandai oleh lima aspek, antara lain: keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan.

Komunikasi verbal dalam pernikahan merupakan suatu cara dalam menyampaikan informasi, dan menyelesaikan konflik rumah tangga. Komunikasi verbal yang efektif memungkinkan pasangan untuk saling memahami makna pesan yang disampaikan, sehingga dapat menghindari kesalahpahaman yang berpotensi menimbulkan konflik (Suwatno & Arviana, 2023). Selain itu, Suwatno dan Arviana juga menekankan bahwa pemilihan kata-kata yang tepat dan penyampaian pesan secara terbuka dapat memperkuat ikatan emosional dan meningkatkan kualitas hubungan pernikahan. Pemilihan kata-kata yang baik dalam berkomunikasi juga memberikan dampak terhadap keefektifan komunikasi dalam pernikahan. Jika kedua pasangan mampu berkomunikasi dengan baik dan melakukan penyampaian tentang masalah, kebutuhan, dan harapan, maka hubungan pernikahan akan menjadi lebih kuat.

Selain komunikasi verbal, terdapat komunikasi non-verbal yang merujuk pada cara penyampaian pesan melalui ekspresi, intonasi, gerakan tubuh, dan lainnya. Melalui komunikasi non-verbal, banyak pesan berupa perasaan dan emosi yang disampaikan. Komunikasi non-verbal dapat lebih efektif menyampaikan rasa kasih sayang, perhatian, dan pemahaman terhadap pasangan. Dikatakan oleh Albert Mehrabian, 55% dari pesan disampaikan melalui Bahasa tubuh, 38% melalui intonasi suara, dan hanya 7% melalui kata-kata. Hal ini bukan berarti bahwa komunikasi verbal dengan kata-kata tidak perlu diperhatikan, Namun perlu diketahui bahwa komunikasi non-verbal memiliki peranan dalam pernikahan.

Menurut Laila et al. (2022), pasangan yang mampu mengelola komunikasi non-verbal secara efektif, seperti mengontrol nada suara dan ekspresi wajah, cenderung mengalami hubungan yang lebih harmonis dan minim konflik. Contoh komunikasi non-verbal dalam pernikahan adalah dengan adanya sentuhan fisik yang mendefinisikan rasa kasih sayang, ekspresi wajah yang memberikan pengertian, dan juga gerakan tubuh disaat berkomunikasi yang menunjukkan bahwa adanya keterbukaan. Namun, komunikasi non-verbal yang tidak selaras juga dapat menimbulkan kesalahpahaman ataupun konflik. Lawan bicara atau pasangan tidak hanya memperhatikan kata-kata saat berkomunikasi, tetapi juga bahasa tubuh saat berkomunikasi.

Pada hubungan pernikahan, tentunya penting bagi pasangan untuk menjalin komunikasi emosional sehingga dapat menghindari ketegangan. Kebahagiaan pernikahan didasari pada rasa saling menghormati satu sama lain, mengetahui adengan baik apa yang pasangan sukai dan tidak sukai, serta kemampuan pasangan untuk mengekspresikan dengan baik hal-hal yang mereka inginkan (Gottman, 1999). Terkadang dalam suatu hubungan akan muncul berbagai jenis perasaan positif dan negatif. Hal ini dapat berakhir pada konflik yang jika tidak dikomunikasikan dengan baik. Kemampuan pasangan untuk mengungkapkan emosi mereka dengan cara yang konstruktif sangat penting untuk mempertahankan hubungan yang sehat. Pasangan yang tidak dapat menangani perasaan negatif atau berbicara tentang perasaan mereka cenderung memiliki hubungan yang lebih rentan terhadap perpecahan (Gottman, 1999). Melalui penelitian oleh Olson & Olson (2000), 82% pasangan merasa senang apabila dapat mengekspresikan perasaan mereka, yang menunjukkan pentingnya komunikasi emosional dalam mempertahankan kepuasan pernikahan. Kedua pasangan perlu mengkomunikasikan emosinya secara terbuka untuk menjaga kedekatan emosional. Jika ketiga jenis komunikasi dapat terjalin dengan baik dalam hubungan pernikahan, maka akan tercipta keharmonisan dalam hubungan.

Komunikasi interpersonal dalam hubungan pernikahan tentunya akan mengalami banyak tantangan yang dapat menimbulkan berbagai jenis konflik. Menjalin komunikasi interpersonal yang sehat dalam hubungan pernikahan

tentunya tidak mudah, namun dapat diusahakan dengan adanya pengertian antar satu sama lain. Banyak pasangan yang masih mengalami kesulitan dalam membangun komunikasi yang efektif akibat terhambat oleh pola komunikasi negatif seperti saling menyalahkan, defensif, dan penarikan diri (Gottman & Silver, 2018). Permasalahan komunikasi interpersonal yang terjadi dalam pernikahan bisa disebabkan oleh berbagai aspek, contohnya kesalahpahaman, perbedaan cara komunikasi, dan juga faktor emosional.

Keterbukaan komunikasi interpersonal dalam pernikahan merupakan hal yang penting untuk memberikan pengertian kepada pasangan. Namun sering kali banyak pasangan yang ingin menghindari konflik dengan menutupi perasaan negatif mereka. Menurut John Gottman, komunikasi yang buruk dalam pernikahan sering kali terjadi ketika pasangan tidak merasa nyaman untuk mengungkapkan perasaan mereka secara terbuka. Dalam penelitiannya juga ditemukan bahwa ketidakmampuan pasangan untuk mengungkapkan perasaan secara jujur dapat menyebabkan penurunan kepuasan dalam hubungan dan memungkinkan berakhir pada perceraian (Gottman & Silver, 2015).

Gaya berkomunikasi setiap individu juga tentunya berbeda, apalagi jika dibandingkan antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki dan perempuan sering berkomunikasi dengan cara yang berbeda, dan ini bisa menyebabkan kesalahpahaman dalam pernikahan (Tannen, 1990). Laki-laki sering kali lebih frontal dalam berkomunikasi, sedangkan perempuan dalam proses komunikasinya lebih ekspresif dan mencari kedekatan emosional. Menurut Markman, Stanley, dan Blumberg dalam bukunya *"Fighting for Your Marriage"* (2010), gaya komunikasi dalam keluarga asal sangat berpengaruh terhadap pola komunikasi seseorang dalam pernikahan. Mereka menyatakan bahwa "pasangan sering kali membawa pola komunikasi dari keluarga asal mereka ke dalam pernikahan, dan hal ini dapat menciptakan hambatan jika tidak disadari dan dikelola dengan baik" (Markman, Stanley, & Blumberg, 2010). Jika pasangan dalam hubungan pernikahan tidak saling memahami perbedaan, maka akan berdampak pada hubungan kedepannya. Selain itu, latar belakang budaya, pendidikan, dan kehidupan masa kecil juga mempengaruhi bagaimana individu berkomunikasi. Terkadang setiap individu

memiliki kebiasaan keluarga yang berbeda, sehingga menciptakan tipe individu yang cenderung tertutup dalam berkomunikasi untuk menghindari konflik.

Komunikasi interpersonal dapat menjadi salah satu cara untuk mengekspresikan rasa cinta kepada satu sama lain. Namun pada saat ini, ada istilah yang muncul sebagai bentuk ekspresi dalam menyampaikan rasa cinta yaitu *Love Language*. Dahulu, masyarakat belum mengetahui istilah dari *Love Language*. Ada berbagai bentuk *Love Language* yang dijadikan sebagai alat untuk mendukung komunikasi interpersonal yang baik antar pasangan. *Love Language* sendiri merupakan cara bagaimana seseorang ingin menerima dan mengekspresikan rasa cintanya.

Konsep *Love Language* ini dikembangkan oleh Gary Chapman. Bahasa cinta terdiri dari 5 aspek, Antara lain *words of affirmation*, *quality time*, *acts of service*, *receiving gifts*, dan *physical touch* (Chapman, 2010). Bentuk dari *Love Language* dapat mencakup berbagai bentuk komunikasi dalam pernikahan, baik komunikasi verbal, non-verbal, dan emosional. Perlu diketahui bahwa setiap orang memiliki bahasa cinta yang berbeda-beda. Penting bagi pasangan untuk memahami dalam bentuk apa mereka ingin dicintai.

Ketika seseorang merasa dicintai dalam bahasa cinta yang paling bermakna baginya, maka hubungan akan lebih harmonis dan kuat. Pengenalan bahasa cinta pasangan dapat meningkatkan kedekatan emosional dan mengurangi konflik dalam hubungan (Chapman, 2010). Dengan adanya pemahaman antara satu sama lain, komunikasi yang terjalin dalam hubungan akan semakin baik. Masing-masing individu harus beradaptasi dengan kebutuhan dari satu sama lain. Keberadaan setiap individu di dalam hubungan pernikahan tidaklah mudah. Terdapat perbedaan dari berbagai aspek seperti budaya, kebiasaan sehari-hari, dan bahkan bahasa cinta. Ketika pasangan tidak dapat memahami bahasa cinta satu sama lain, maka hal tersebut akan menimbulkan kesalahpahaman dan muncul rasa tidak dihargai atau bahkan tidak dicintai. Walaupun mereka saling mencintai, namun ada ketidaksesuaian antara keinginan dan ekspresi cinta yang diberikan. Hal ini dapat menyebabkan komunikasi yang tidak efektif dan menimbulkan konflik. Maka dari

itu, masing-masing individu perlu beradaptasi dan mengevaluasi diri agar dapat menciptakan pemahaman antara satu sama lain.

Love Language dapat menjadi salah satu cara bagi pasangan untuk menjalankan komunikasi interpersonal secara lebih efektif. Komunikasi interpersonal yang berbasis *love language* dapat memberikan penyampaian emosional secara lebih maksimal. Hal ini menjadi sangat penting karena ada banyak konflik yang muncul dalam pernikahan akibat kesalahpahaman dalam komunikasi. Pasangan yang mengenal *love language* satu dengan yang lain akan dapat berkomunikasi secara lebih terbuka dan saling memahami. *Love language* juga dapat berperan dalam mengatasi konflik jika pasangan saling memahami satu sama lain.

Melihat maraknya kasus-kasus perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga saat ini, peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai komunikasi interpersonal yang berbasis *Love Language* dalam hubungan pernikahan. Hal ini disebabkan karena komunikasi interpersonal merupakan kunci dalam hubungan. Apabila pasangan tidak saling memahami *Love Language* masing-masing akan menjadi salah satu sumber konflik yang memicu terjadinya perselingkuhan karena adanya rasa tidak dihargai atau dicintai? Peneliti melihat bahwa banyak penelitian yang lebih berfokus pada konsep *Love Language* itu sendiri dibandingkan peran komunikasi interpersonal berbasis *Love Language* terhadap hubungan pernikahan dan bagaimana mereka beradaptasi serta saling memahami satu sama lain.

Dalam realitas sosial saat ini, banyak konflik rumah tangga seperti perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yang dilaporkan meningkat serta menunjukkan adanya masalah mendalam dalam komunikasi pasangan. Laporan dari Komnas Perempuan pada tahun 2023 sebagaimana tercantum pada bagian sebelumnya mencatat ribuan kasus kekerasan dalam rumah tangga dan kekerasan emosional yang terjadi dalam pernikahan. Salah satu penyebab yang sering ditemukan dalam kasus-kasus tersebut adalah tidak terpenuhinya kebutuhan emosional, rasa tidak dihargai, serta ketidaksesuaian dalam pola komunikasi antara pasangan. Hal tersebut menunjukkan bahwa meskipun pasangan saling mencintai, ketidaktahuan atau ketidakpahaman terhadap

love language satu sama lain dapat menyebabkan rasa tidak dipahami atau tidak dicintai, yang pada akhirnya bisa memicu konflik serius, seperti perselingkuhan dan kekerasan. Maka dari itu, penting untuk menelaah lebih dalam peran *love language* dalam membentuk komunikasi interpersonal yang sehat dan mencegah konflik dalam rumah tangga.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami mengenai pasangan suami istri dalam menerapkan konsep *love language* dalam hubungan komunikasi interpersonal mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi untuk mengeksplorasi pengalaman pasangan suami istri dalam menerapkan konsep *love language* dalam komunikasi interpersonal mereka, serta sejauh mana peran *love language* dalam memperkuat hubungan pernikahan dan mencegah terjadinya konflik rumah tangga. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan baru bagi suami istri yang masih mengalami kesulitan dalam membangun komunikasi interpersonal mereka. Maka dari itu, peneliti memutuskan untuk menggali lebih dalam mengenai cara beradaptasi serta pemahaman dengan adanya perbedaan *Love Language* terhadap pola komunikasi dalam hubungan pernikahan.

1.2 Rumusan Masalah

Pernikahan merupakan hubungan antara dua belah pihak yang sepakat untuk menjalani hidup bersama. Hubungan pernikahan akan dilatarbelakangi oleh rasa cinta antar satu sama lain. Namun cara setiap individu mengekspresikan dan menerima cinta bisa saja berbeda. Hal ini menjadi salah satu sumber kesalahpahaman yang dapat menimbulkan konflik. Untuk mencegah dan mengatasi konflik, diperlukan komunikasi yang efektif dalam pernikahan. Pasangan suami istri dapat menerapkan berbagai bentuk *love language* dalam proses komunikasi antarpribadinya. Oleh karena itu, penting bagi pasangan untuk memahami dan menerapkan bahasa cintanya masing-masing dalam proses komunikasinya. Maka dari itu, permasalahan yang muncul adalah “Bagaimana peran *love language* dalam komunikasi antarpribadi dapat memperkuat ikatan pernikahan?”.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Adapun pertanyaan penelitian yang dapat di rumuskan dari penelitian ini, yaitu “Bagaimana komunikasi antarpribadi berbasis *love language* dalam penguatan ikatan pernikahan?”.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan pertanyaan penelitian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal berbasis *love language* dalam penguatan ikatan pernikahan.

1.5 Kegunaan Penelitian

1.5.1 Kegunaan Akademis

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah informasi akademis bagi para pembaca, khususnya bagi mahasiswa prodi ilmu komunikasi untuk memahami lebih mengenai komunikasi interpersonal dalam hubungan pernikahan. Serta dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan komunikasi interpersonal dalam konteks komunikasi rumah tangga berbasis *love language* untuk penguatan ikatan pernikahan.

1.5.2 Kegunaan Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk menambah ilmu dan pemahaman bagi pasangan suami istri yang ingin meningkatkan kualitas hubungan pernikahannya, terutama dalam memberikan pemahaman mengenai penerapan *love language* sebagai alat pendukung komunikasi interpersonal.

1.5.3 Kegunaan Sosial

1. Membantu pasangan suami istri untuk memahami bagaimana cara berkomunikasi secara efektif dengan menerapkan *love language* untuk memperkuat hubungan pernikahan.
2. Membantu mengurangi konflik akibat kesenjangan komunikasi dalam rumah tangga untuk mengurangi resiko perceraian

3. Memberikan pemahaman mengenai komunikasi interpersonal berbasis *love language* sehingga dapat menciptakan ikatan emosional yang positif
4. Membantu pasangan suami istri untuk merasakan kesejahteraan emosional melalui proses komunikasi yang baik.

1.6 Batasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti memiliki keterbatasan penelitian yaitu hanya berfokus pada komunikasi interpersonal yang dibalut oleh *love language* pada pasangan dengan umur pernikahan 5 – 10 tahun. Hal ini membatasi penelitian terhadap berbagai bentuk komunikasi interpersonal dalam hubungan pernikahan.

