

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

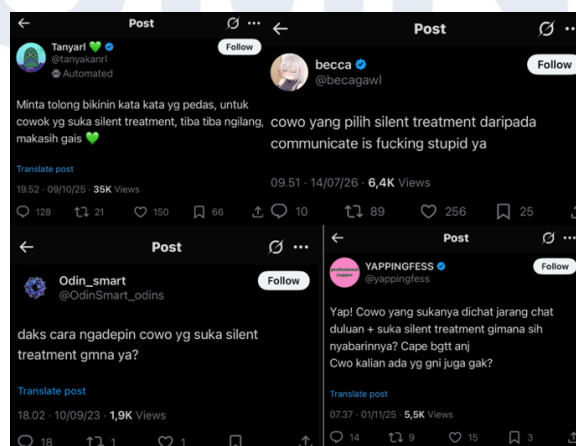
Salah satu kebutuhan mendasar manusia adalah bersosialisasi dan menjalin hubungan dengan orang lain. Dalam proses perkembangan menuju kedewasaan, individu tidak hanya berinteraksi dengan keluarga atau teman, tetapi juga mulai membangun hubungan romantis yang lebih intim. Hubungan romantis menjadi wadah bagi individu untuk memperoleh dukungan emosional, rasa memiliki, serta pembentukan identitas diri yang lebih matang (Nainggolan & Nur Wijayani, 2024).

Hubungan romantis yang ideal umumnya ditandai dengan adanya rasa saling mencintai, menghargai, dan komunikasi yang terbuka antara kedua belah pihak (Chi & Dariyo, 2025). Komunikasi memiliki peran penting dalam membangun dan memelihara hubungan tersebut. Melalui komunikasi, individu dapat saling memahami, mengekspresikan perasaan, serta menyelesaikan perbedaan yang muncul (Duriana Wijaya & Larasati, 2025). Dalam kenyataannya, tidak semua hubungan berjalan sesuai harapan. Permasalahan komunikasi sering kali muncul dan menjadi salah satu pemicu utama terjadinya konflik dalam hubungan romantis.

Konflik merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari setiap hubungan romantis (Kurniati, 2018). Perbedaan latar belakang, pengalaman, nilai, dan tujuan hidup setiap individu dapat menjadi sumber ketegangan dalam interaksi sehari-hari, termasuk dalam hubungan romantis. Idealnya, saat pasangan menghadapi konflik yang harus dilakukan pertama kali adalah mengidentifikasi masalah atau konflik kemudian mencari solusi terbaik secara bersama-sama (Kurniawan et al., 2022). Solusi terbaik dalam menyelesaikan konflik hubungan yaitu dengan berkomunikasi secara terbuka dan jelas, apabila komunikasi tidak efektif dapat menuntun terjadinya perpisahan (Shafa Rani & Laksmiwati, 2024). Namun pada kenyataannya tidak semua konflik dalam hubungan dapat diselesaikan dengan cara yang ideal. Dalam konteks penyelesaian konflik, sejumlah individu menerapkan

silent treatment sebagai alternatif untuk menghindari komunikasi yang berpotensi memperburuk situasi.

Dalam beberapa kasus, penggunaan *silent treatment* sebagai resolusi konflik hubungan romantis bisa memburuk bahkan sampai putus jika tidak diberi penyelesaian. Lebih lanjut, *silent treatment* sempat menjadi topik perbincangan hangat di dunia hiburan Indonesia. Terdapat dua pasangan selebriti yang diketahui rumah tangganya retak karena *silent treatment*. Yang pertama adalah Faby Marcelia yang resmi bercerai dengan Revand Narya pada Februari 2024. Dilansir dari kanal YouTube ALELDUL TV (2025), Faby membagikan alasan utama perceraian yaitu masalah komunikasi. Selama mereka menjalin rumah tangga, banyak sekali konflik yang tidak selesai yang kemudian ditumpuk dan dipendam karena sang mantan suami terus menghindar saat diajak mendiskusikan masalah. Kebiasaan *silent treatment* yang dilakukan oleh suami ini telah berdampak besar pada kehidupan Faby, di mana ia merasa tidak percaya diri sehingga membuatnya kesulitan bersosialisasi dengan individu lain. Di pihak lain terdapat Clara Shinta yang secara terbuka menyampaikan curhatannya tentang rumah tangganya berada diambang perceraian. Melalui *Instagram Stories* yang diunggah pada bulan Oktober lalu, ia bercerita tentang bagaimana ia kerap diabaikan oleh suaminya sendiri karena masalah sepele serta komunikasi yang buruk antar individu sehingga berujung pada konflik yang tidak tuntas. Selain fenomena dari kalangan selebriti, terdapat fenomena lain yang lebih spesifik dan relevan dengan fokus penelitian.



Gambar 1. 1 Beberapa Unggahan X Tentang *Silent Treatment* yang Dilakukan Laki-laki

Sumber: Data Olahan Pribadi

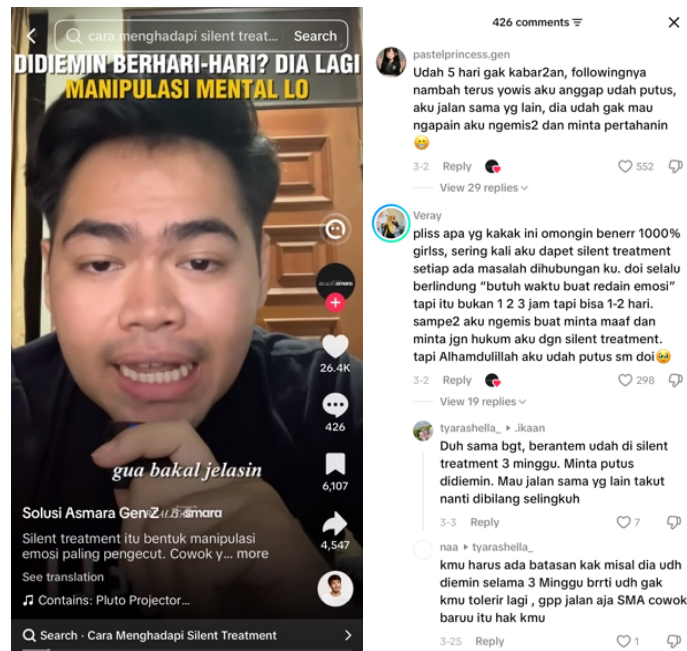
Dari banyaknya unggahan dengan topik *silent treatment*, unggahan diatas membahas perilaku *silent treatment* yang dilakukan oleh laki-laki terhadap pasangannya. Salah satu unggahan mengkritik laki-laki yang memilih diam daripada menyelesaikan masalah lewat komunikasi, dan mendapat ribuan tayangan serta ratusan interaksi. Ada juga unggahan berisi cerita pengguna yang membagikan pengalaman sering menerima perilaku *silent treatment* dari pasangan laki-laki.



Gambar 1. 2 Komentar dari Unggahan X mengenai *Silent Treatment*

Sumber: Data Olahan Pribadi

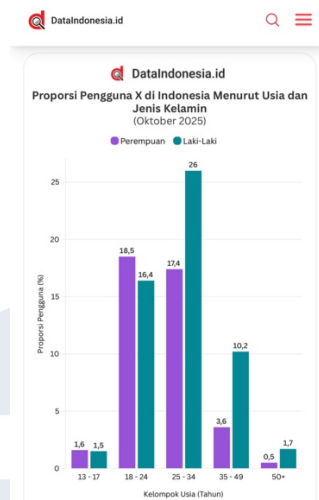
Kolom komentar pada unggahan-unggahan ini kemudian ramai dan berkembang menjadi ruang diskusi tersendiri dan tempat berbagi cerita oleh perempuan dengan pengalaman serupa, mulai dari yang merasa terhubung dengan pengalaman tersebut, membagikan cara mereka menghadapinya, hingga saling memberi saran seperti pentingnya komunikasi atau bahkan menyarankan untuk mengakhiri hubungan tersebut.



Gambar 1.3 Unggahan dan Komentar di TikTok mengenai *Silent Treatment*

Sumber: Data Olahan Pribadi

Fenomena serupa juga ditemukan di TikTok, salah satunya video seorang kreator laki-laki yang membahas *silent treatment* dari perspektif laki-laki. Video ini mendapat puluhan ribu likes dan ratusan komentar, menunjukkan bahwa topik ini banyak menarik perhatian pengguna. Di kolom komentarnya, banyak perempuan membagikan pengalaman pribadi menerima perilaku *silent treatment* dari pasangan selama beberapa hari hingga berminggu-minggu, ada yang sampai merasa perlu meminta maaf agar tidak terus didiamkan, dan ada juga yang bingung karena takut dianggap selingkuh kalau dekat dengan orang lain saat sedang didiamkan. Ini hanyalah salah satu dari banyak konten bertema *silent treatment* laki-laki di TikTok yang membuat banyak perempuan berani menceritakan pengalamannya secara terbuka. Tingginya interaksi konten di X dan TikTok menunjukkan bahwa perilaku *silent treatment* oleh laki-laki dalam hubungan romantis benar-benar terjadi di kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. 4 Data Demografi Pengguna X di Indonesia

Sumber: DataIndonesia.id

Pembahasan *silent treatment* di kedua platform ini berkaitan dengan siapa saja yang paling banyak menggunakannya. Berdasarkan Annur (2026), pengguna X di Indonesia paling banyak berasal dari kelompok usia 18–34 tahun, di mana usia 18–24 tahun sepenuhnya termasuk Generasi Z. Sementara itu, survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) yang dikutip dari (Pertiwi, 2026) mencatat bahwa Generasi Z merupakan kelompok usia yang paling banyak mengakses TikTok, yaitu sebesar 32,3%, meski selisihnya dengan generasi lain tidak terlalu besar. Data ini menunjukkan bahwa Generasi Z menjadi salah satu kelompok pengguna utama di kedua platform tersebut, sehingga masuk akal jika konten dan diskusi soal *silent treatment* banyak muncul dan mendapat respons aktif dari kelompok usia ini.

Kebiasaan Gen Z menceritakan masalah pribadinya secara terbuka di media sosial, seperti yang terlihat pada unggahan-unggahan *silent treatment* sebelumnya, sejalan dengan Wulan Dary et al. (2025), penelitian tentang fenomena *oversharing* di kalangan Gen Z. Penelitian tersebut menemukan bahwa perilaku membagikan informasi pribadi secara berlebihan, termasuk curahan hati soal masalah hubungan, muncul karena kebutuhan untuk mendapat validasi sosial dan dukungan emosional dari orang lain di dunia maya. Media sosial dianggap sebagai tempat yang lebih aman untuk mengekspresikan perasaan dibanding bicara langsung ke orang

terdekat, karena penggunaanya merasa lebih bebas tanpa harus menghadapi respons secara langsung. Hal ini menjelaskan mengapa banyak perempuan berani menceritakan pengalaman *silent treatment*-nya secara terbuka di kolom komentar X dan TikTok, alih-alih memendamnya sendiri.

Silent treatment adalah perilaku diam atau tidak berkomunikasi dalam hubungan interpersonal sebagai strategi untuk mengelola konflik (Saidah et al., 2025). Seorang psikologi sekaligus *relationship coach* yang terkenal di Afrika, Benjamin Zulu sempat membahas topik *silent treatment* di acara *Full Circle*. Melalui *talk-show* tersebut, Benjamin menguraikan terdapat tiga kategori perlakuan diam, diam yang sehat (untuk menenangkan diri setelah berdebat), diam karena perbedaan kepribadian (introvert membutuhkan waktu untuk memproses), dan diam secara manipulatif (diam sebagai bentuk hukuman atau kontrol lawan bicara). Dapat dikatakan diam berkepanjangan untuk menghukum tanpa alasan yang jelas merupakan bentuk penyalahgunaan emosional dan manipulatif yang berdampak negatif dan bahkan sebagai bentuk penyiksaan emosional lawan bicara (Switch TV, 2020). Perlakuan diam tersebut menurut Nabila et al. (2022), merujuk pada komunikasi pasif yang menunjukkan penolakan untuk berkomunikasi dengan lawan bicara. Respon ini seringkali digunakan sebagai bentuk komunikasi pasif-agresif, di mana individu secara sengaja mengabaikan individu lain dalam upaya menghindari konfrontasi maupun memberikan sanksi emosional.

Istilah *silent treatment* sendiri sudah tidak asing di telinga generasi Z atau Gen Z yang merupakan individu yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012, dikarenakan generasi ini tumbuh dengan budaya digital sering kali didapati Gen Z miskin konteks emosional (Asyraf, 2025). Seorang selebriti papan atas, Cinta Laura Kiehl melalui konten di Instagramnya ia didapati baru mengetahui istilah *silent treatment* karena topik tersebut sempat menjadi pembahasan di lingkungan kantor, yang di mana mayoritasnya ujar Cinta adalah Gen Z. Diikuti dari penelitian dari Suparna & Wijaya (2025) mendapati bahwa *silent treatment* atau perlakuan diam tidak hanya menjadi respons sementara, tetapi telah menjadi pola yang konsisten dan dianggap wajar di kalangan Generasi Z dalam berbagai konteks konflik hubungan, terutama hubungan asmara dan persahabatan di kota Denpasar. Perilaku

ini merupakan hasil dari penilaian individu berdasarkan faktor konsensus (dianggap wajar dalam kelompok sosial), kekhasan (muncul dalam situasi tertentu seperti komunikasi online), dan konsistensi (terjadi berulang kali). Menurut penelitian yang dilakukan Nabila et al. (2022), perilaku *silent treatment* cukup umum terjadi di hubungan romantis dewasa awal. Selanjutnya, dalam penelitian Lestari et al. (2025) yang dilakukan di kota Makassar, menunjukkan perbedaan perilaku *silent treatment* oleh antara laki-laki dan perempuan dewasa awal. Tindakan diam ini lebih banyak dilakukan oleh perempuan dibandingkan laki-laki. Secara spesifik dari kajian ini, perempuan melakukan *silent treatment* sebagai bentuk menghukum pasangannya atau mengungkapkan ketidaksukaannya dalam masalah hubungan romantis. Sebaliknya, pada subjek laki-laki *silent treatment* digunakan sebagai bentuk penghindaran atau menjauh tanpa alasan khusus. Berdasarkan penelitian yang ditinjau, *silent treatment* diposisikan sebagai perilaku komunikatif yang berpotensi merusak hubungan romantis, alih-alih sekadar tindakan diam tanpa makna. Berdasarkan pemaparan tersebut, penelitian ini berfokus pada fenomena *silent treatment* yang dilakukan oleh laki-laki Generasi Z di Tangerang dalam hubungan romantisnya, mengingat sebagian besar penelitian terdahulu lebih banyak menyoroti perempuan sebagai pelaku atau berfokus pada konteks wilayah lain, sehingga pengalaman dan motif laki-laki Generasi Z di Tangerang dalam melakukan *silent treatment* masih belum banyak dipahami secara mendalam.

1.2 Rumusan Masalah

Fenomena *silent treatment* sebagai bentuk komunikasi pasif-agresif menjadi salah satu pola interaksi yang sering muncul dalam konflik hubungan romantis, khususnya di kalangan generasi Z. Perilaku diam menjadi salah satu mekanisme komunikasi yang sering digunakan dalam hubungan romantis. Berdasarkan studi sebelumnya belum secara spesifik menyoroti bagaimana laki-laki Generasi Z membangun dan memaknai perilaku *silent treatment* dalam konteks konflik hubungan romantis selain sebagai bentuk penghindaran. Penelitian ini memilih subjek laki-laki generasi Z di Tangerang karena didapati penggunaan *silent*

treatment dari sudut pandang laki-laki sangat minim. Sementara sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada perempuan atau membahasnya secara umum tanpa pemisahan gender yang jelas yang berasal dari wilayah lain.

Studi terkait *silent treatment* seringkali dibahas dari perspektif psikologi sementara sangat minim pada penelitian berbasis komunikasi. Oleh karena itu, penelitian ini ingin melihat bagaimana laki-laki generasi Z di Tangerang memaknai dan menjalani *silent treatment* sebagai strategi komunikasi dalam konflik hubungan romantis.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Adapun pertanyaan penelitian yang didasarkan pada rumusan masalah di atas adalah "Bagaimana laki-laki generasi Z di Tangerang memaknai dan menjalani *silent treatment* sebagai strategi komunikasi dalam konflik hubungan romantis?"

1.4 Tujuan Penelitian

Secara khusus, penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk memahami bagaimana laki-laki generasi Z di Tangerang memaknai dan menjalani *silent treatment* sebagai strategi komunikasi dalam konflik hubungan romantis."

1.5 Kegunaan Penelitian

1.5.1 Kegunaan Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya studi mengenai dinamika komunikasi saat konflik hubungan romantis. Temuan penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan bagi studi komunikasi interpersonal, khususnya terkait perilaku *silent treatment* atau perilaku menghindar dalam hubungan romantis.

1.5.2 Kegunaan Sosial

Penelitian ini memiliki kegunaan sosial khususnya bagi pasangan yang mengalami atau ingin memahami motivasi pelaku *silent treatment* dalam hubungan romantis. Dengan mengungkap alasan laki-laki, penelitian

ini diharapkan dapat membantu untuk menghindari salah penafsiran, serta memahami faktor yang memengaruhi perilaku tersebut. Pemahaman yang lebih mendalam tentang *silent treatment* juga diharapkan dapat mendorong laki-laki untuk tidak lagi mengabaikan pasangannya saat terjadinya konflik, melainkan mengembangkan pola komunikasi yang sehat.

1.6 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada ruang lingkup subjek yang hanya memotret dari sudut pandang laki-laki generasi Z sehingga tidak menggambarkan dinamika hubungan romantis secara dua arah. Tidak hanya itu, penelitian ini menetapkan batasan wilayah pada Tangerang dalam pemilihan informan, sehingga temuan penelitian ini bersifat kontekstual dan belum tentu dapat menggambarkan dinamika *silent treatment* pada laki-laki generasi Z di wilayah lain dengan konteks sosial budaya yang berbeda. Selain itu, karena penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, temuan yang dihasilkan bersifat kontekstual dan bergantung pada pengalaman subjektif informan.

