

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORITIS

2.1 Penelitian Terdahulu

Peneliti mendukung penelitian ini dengan mengumpulkan beberapa penelitian terdahulu sebagai referensi untuk memperluas pemahaman dan memperkuat analisis yang akan dilakukan. Peneliti memilih penelitian-penelitian tersebut berdasarkan kesesuaian dan relevansinya dengan topik penelitian yang akan dikerjakan, sehingga penelitian terdahulu tersebut dapat menjadi bahan perbandingan untuk melihat perbedaan, *gap*, dan kebaruan peneliti dalam mengembangkan kajian mengenai *silent treatment*. Secara keseluruhan, peneliti mengacu pada lima penelitian nasional dan internasional yang menawarkan sudut pandang berbeda namun tetap relevan dengan fokus penelitian.

Penelitian terdahulu pertama yang dilakukan oleh Gian Rachmat Hudaya et al. (2025) memiliki tujuan utama, yaitu untuk menganalisis fenomena *silent treatment* sebagai bentuk komunikasi pasif dalam hubungan sosial remaja di Cirebon, memahami motivasi di balik perilaku tersebut, serta meneliti dampaknya terhadap hubungan dan bagaimana komunikasi yang sehat dapat dikembangkan sebagai solusi. Jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif, dengan pendekatan studi kasus yang bertujuan mendalam terhadap pengalaman dan perspektif remaja yang mengalami atau melakukan *silent treatment*. Metode pengumpulan data meliputi wawancara mendalam dan observasi langsung. Selain itu, penelitian ini menggunakan teori *self-disclosure* sebagai dasar atau landasan konseptual. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *silent treatment* sering digunakan karena faktor kelelahan emosional dan ketidakmampuan atau keinginan untuk menghindari konflik yang lebih besar. Perilaku ini diketahui dapat memperburuk kualitas hubungan jika tidak diimbangi dengan komunikasi terbuka dan solusi yang membangun. Melalui hasil penelitian ini, pengembangan keterampilan komunikasi sehat itu penting, seperti *self-disclosure* dan mampu

mengelola emosi, untuk mencegah dampak negatif dari *silent treatment* dan memperkuat hubungan interpersonal remaja.

Penelitian terdahulu kedua dilakukan Yuwanda et al. (2025) dengan tujuan utama, yaitu memahami makna sikap diam atau *silent treatment* yang diterima oleh mahasiswa akhir dari dosen pembimbing, serta menganalisis dampaknya terhadap proses akademik, sosial, dan psikologis mahasiswa. Jenis penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan eksploratif. Metode pengumpulan data yang diterapkan meliputi wawancara mendalam dan observasi, yang bertujuan menggali pengalaman dan persepsi mahasiswa akhir terkait sikap *silent treatment* dosen. Selain itu, penelitian ini menggunakan teori interaksionisme simbolik sebagai dasar atau landasan konseptual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *silent treatment* bukan hanya sekadar kurangnya komunikasi, tetapi memiliki makna simbolik sosial dan psikologis tertentu. Mahasiswa berinterpretasi *silent treatment* sebagai teguran tidak langsung, penolakan, atau pengabaian, yang dapat menimbulkan kebingungan, stres, dan ketegangan emosional. Sikap diam dosen juga dapat membentuk dinamika sosial dan memengaruhi hubungan mahasiswa dengan dosen serta menambah beban psikologis mahasiswa dalam menjalani periode tahun terakhir studi mereka.

Penelitian terdahulu ketiga dilakukan oleh Bernecker et al. (2019) dengan tujuan utama menyelidiki bagaimana tujuan hubungan yang bersifat pendekatan dan penghindaran memengaruhi komunikasi nonverbal pasangan saat mengalami konflik. Penelitian ini menggunakan *mixed method* antara kualitatif dan kuantitatif dengan menggunakan metode kuesioner sebagai teknik pengumpulan data kemudian melakukan observasi terhadap data perilaku nonverbal selama interaksi konflik. Selain itu, penelitian ini menggunakan *the intimacy process model* serta *nonverbal communication* sebagai dasar atau landasan konseptual. Hasilnya menunjukkan bahwa *approach-oriented individuals* saat konflik menampilkan bentuk komunikasi nonverbal yang lebih positif serta cenderung mengurangi sikap menghindar dan juga individu tersebut lebih menyesuaikan diri dengan pasangannya. Sebaliknya, individu *avoidant* saat konflik melakukan penghindaran menunjukkan lebih banyak sikap menghindar dan kurang terlibat dalam komunikasi

noverbal yang positif. Selain itu, perempuan cenderung menyesuaikan komunikasi nonverbal mereka lebih banyak dengan pasangan dibandingkan laki-laki, terutama saat mereka memiliki lebih banyak tujuan pendekatan dan lebih sedikit tujuan penghindaran. Penelitian ini menyimpulkan bahwa tujuan hubungan dan komunikasi nonverbal saling berpengaruh dan penting untuk dipahami dalam upaya memperbaiki kualitas komunikasi dalam hubungan pasangan.

Penelitian terdahulu keempat dilakukan oleh Saidah et al. (2025) dengan tujuan utama memahami bagaimana *silent treatment* mempengaruhi penyelesaian konflik dan pengurangan ketidakpastian dalam hubungan interpersonal di kalangan milenial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode pengumpulan data melalui wawancara mendalam yang melibatkan peserta yang berpengalaman memakai *silent treatment* dalam konfliknya. Penelitian ini menggunakan *uncertainty reduction theory* sebagai dasar atau landasan konseptual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *silent treatment* dapat digunakan secara tepat sebagai strategi sementara untuk menenangkan suasana dan memberikan waktu refleksi emosional, sehingga dapat membantu mengurangi ketidakpastian dan memperbaiki hubungan jika diikuti dengan komunikasi terbuka dan jujur. Namun, jika berlangsung terlalu lama tanpa adanya tindak lanjut yang efektif, *silent treatment* justru dapat memperburuk konflik, menimbulkan salah pengertian, dan merusak hubungan interpersonal. Oleh karena itu, menurut studi ini keberhasilan penggunaan *silent treatment* sangat bergantung pada adanya komunikasi yang jelas dan terbuka setelah periode diam, agar konflik dapat diselesaikan secara sehat dan berkelanjutan.

Penelitian terdahulu kelima dilakukan oleh Rittenour et al. (2019) dengan tujuan utama memahami bagaimana orang tua dan anak dewasa menanggapi ketidakpuasan melalui perilaku seperti *silent treatment*, serta pengaruhnya terhadap kepuasan hubungan. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode yang dipakai meliputi survei dan kuesioner yang diisi oleh para informan untuk mengukur berbagai aspek komunikasi, identifikasi, dan pengalaman mereka dengan orang tua. Selain itu, penelitian ini menggunakan *affection exchange theory* sebagai dasar atau landasan konseptual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa

penggunaan *silent treatment* oleh orang tua dapat dipelajari dan ditiru oleh anak dewasa, terutama jika mereka merasa sangat mengidentifikasi dengan orang tua tersebut. Sebaliknya, anak dewasa yang tidak banyak mengidentifikasi dengan orang tua cenderung mengurangi penggunaan *silent treatment* dan mencari *role model* lain dalam hubungan mereka, seperti teman atau pasangan. Temuan ini menegaskan bahwa identifikasi dengan orang tua berperan penting dalam proses pewarisan perilaku komunikasi dan dampaknya terhadap hubungan interpersonal di luar keluarga.



Tabel 2. 1 Tabel Penelitian Terdahulu

No	Item	Jurnal 1	Jurnal 2	Jurnal 3	Jurnal 4	Jurnal 5
1.	Judul Artikel Ilmiah	Passive Communication and the Silent Treatment in Social Relations of Adolescents in Cirebon City	Silent Treatment Terhadap Mahasiswa Akhir: Tinjauan Sosiologis	Approach and Avoidance Relationship Goals and Couples' Nonverbal Communication During Conflict	Silent Treatment in Conflict Resolution: Communication and Uncertainty Management for Sustainability	Socializing The Silent Treatment: Parent and Adult Child Communicated Displeasure, Identification, and Satisfication
2.	Nama Lengkap Peneliti,	Alfilo Gian Rachmat Hudaya, Farhan Alfadhil Suhendar, Farida Nurfalalah	Aura Yuwanda, Masitah Sri Rayawati, Sarah Aulia Nanda, Ade Mere Dewa	Katharina Bernecker, Mirjam Ghassemi, Veronika Brandstätter	Musfiah Saidah, Ashlaha Baladina Zaimudin, Isna Rahmawati, Fauziah Muslimah, Siti Nurbayah & Mahjoba Hasina Wardak	Christine E. Rittenour, Stephen M., Kromka, Russell Kyle Saunders, Kaitlin Davis, Kathryn Garlitz, Sarah N. Opatz, Andrew Sutherland & Matthew Thomas

3.	Nama Penerbit dan Tahun Terbit	Journal of World Science Volume 4 No. 7, 2025	Journal of Innovative and Creativity Volume 5 No. 2, 2025	European Journal of Social Psychology Volume 55 Issue 6, 2025	Towards Resilient Societies: The Synergy of Religion, Education, Health, Science, and Technology, 2025	Journal of Family Communication Volume 19 No. 1, 2019
4.	Metode Penelitian & Teknik Pengumpulan Data	Metode kualitatif dengan menggunakan teknik wawancara mendalam dan observasi sebagai pengumpulan data	Metode kualitatif dengan menggunakan teknik wawancara mendalam sebagai pengumpulan data	Metode kualitatif & kuantitatif dengan menggunakan observasi dan kuesioner sebagai pengumpulan data	Metode kualitatif dengan wawancara mendalam sebagai pengumpulan data	Metode kuantitatif dengan menggunakan kuesioner & survei sebagai pengumpulan data
5.	Teori/Konsep	Johari Windown/ <i>Self-disclosure</i>	Interaksionisme Simbolik	<i>The Intimacy Process Model & Nonverbal Communication</i>	<i>Uncertainty Reduction Theory</i>	<i>Affection Exchange Theory</i>

6.	Masalah & Tujuan Penelitian	Menganalisis fenomena perilaku <i>silent treatment</i> yang terjadi dalam hubungan sosial remaja di Cirebon dan memahami motivasi serta mengkaji dampaknya terhadap hubungan tersebut.	Memahami makna <i>silent treatment</i> dari dosen terhadap mahasiswa akhir, serta menganalisis dampak sosial dan psikologis yang timbul	Menyelidiki pengaruh serta memahami hubungan antara tujuan pendekatan dan penghindaran terhadap perilaku komunikasi nonverbal pasangan selama konflik serta kepuasan hubungan.	Mengidentifikasi peran dan dampak penggunaan <i>silent treatment</i> sebagai strategi dalam konflik hubungan interpersonal di kalangan milenial.	Mengidentifikasi hubungan antara penggunaan <i>silent treatment</i> oleh orang tua dan pengalaman anak selama masa pertumbuhan terhadap kontrol diri dan kepuasan hubungan dengan orang tua.
8.	Hasil Penelitian	<i>Silent treatment</i> yang terjadi dipicu oleh kelelahan emosional, ketidakmampuan mengekspresikan perasaan, dan keinginan	<i>Silent treatment</i> dari dosen bukan sekadar kurangnya komunikasi, melainkan sebagai simbol sosial dan psikologis yang	<i>Approach-oriented individuals</i> saat konflik biasanya menunjukkan komunikasi nonverbal yang lebih positif, serta lebih mampu	<i>Silent treatment</i> dapat berfungsi sebagai strategi sementara untuk meredakan emosi dan memberi efek <i>cooling-down</i> serta membantu	<i>Silent treatment</i> tidak secara signifikan mengurangi rasa pengendalian diri anak dengan orang tua, dan cenderung ditandai

		menghindari konflik yang lebih besar. Perilaku ini dapat merusak hubungan jika tidak diimbangi dengan komunikasi terbuka dan solusi.	memiliki makna tertentu bagi mahasiswa. Secara sosial, sikap ini mampu memperkuat ketidakpastian dan ambiguitas dalam hubungan antara mahasiswa dan dosen, sementara secara psikologis dapat menyebabkan tekanan mental dan hambatan dalam proses akademik	menyesuaikan diri dengan pasangannya. Sebaliknya, individu yang <i>Avoidant</i> melakukan penghindaran menunjukkan lebih banyak sikap menghindar dan kurang terlibat dalam komunikasi nonverbal yang positif.	mengurangi ketidakpastian dan memperbaiki hubungan jika diikuti dengan komunikasi terbuka dan efektif. Namun, apabila disengaja dan berlangsung lama <i>silent treatment</i> berpotensi memperparah konflik.	dengan ekspresi ketidakpuasan dengan hubungannya. Selain itu, anak dewasa cenderung akan menirukan perilaku <i>silent treatment</i> dari orang tua mereka pada hubungan luar keluarga
--	--	--	--	---	--	---

Tabel 2. 2

Kelima jurnal penelitian terdahulu sama-sama mengarahkan penelitiannya pada upaya memahami *silent treatment* dan perilaku menghindar dalam berbagai hubungan interpersonal. Secara umum, arah penelitian mereka adalah menjelaskan bagaimana *silent treatment* muncul, apa motivasi di baliknya, dan bagaimana dampaknya terhadap kualitas hubungan. Fokus penelitian pertama adalah *silent treatment* sebagai bentuk komunikasi pasif dalam hubungan sosial remaja. Lalu, penelitian kedua berfokus pada makna perilaku *silent treatment* yang diterima mahasiswa akhir dari dosen pembimbing. Lalu, penelitian ketiga menyoroti korelasi antara tujuan hubungan (mendekat dan menghindar) dengan komunikasi nonverbal pasangan saat konflik. Lalu, penelitian keempat mengkaji peran *silent treatment* dalam proses penyelesaian konflik dan pengelolaan ketidakpastian pada hubungan interpersonal kalangan milenial. Sedangkan penelitian kelima berfokus pada bagaimana orang tua dan anak dewasa menggunakan *silent treatment* untuk menyampaikan ketidakpuasan serta dampaknya terhadap kepuasan dan kualitas hubungan keluarga.

Dari sisi konsep dan teori, masing-masing penelitian menggunakan landasan yang berbeda, ada yang memakai teori *self-disclosure*, interaksionisme simbolik, *intimacy process model*, *nonverbal communication*, *uncertainty reduction theory*, hingga *affection exchange theory*. Tiga penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik utama wawancara mendalam dan observasi, satu penelitian menggunakan *mixed method* (kualitatif dan kuantitatif), dan satu penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan survei dan kuesioner. Subjek yang dikaji juga beragam, mulai dari remaja, mahasiswa akhir, pasangan, milenial yang pernah menggunakan *silent treatment* dalam penyelesaian konflik, hingga hubungan orang tua dengan anaknya.

Penelitian terdahulu dari sudut pandang psikologi memandang *silent treatment* sebagai strategi emosional dan perilaku pasif-agresif yang memengaruhi kondisi psikologis individu. Para peneliti menjelaskan bahwa remaja menggunakan *silent treatment* ketika mereka merasa lelah secara emosional atau ingin menghindari konflik, sehingga mereka memilih diam daripada mengungkapkan perasaan secara terbuka. Penelitian dari perspektif sosiologi menunjukkan bahwa

mahasiswa akhir menafsirkan makna *silent treatment* dari dosen sebagai teguran tidak langsung, penolakan, atau pengabaian, dan pengalaman ini memicu kebingungan, stres, serta ketegangan emosional pada mahasiswa. Peneliti yang mengkaji hubungan keluarga menjelaskan bahwa orang tua dapat memberikan contoh perlakuan *silent treatment* yang kemudian mereka dapat meniru pola tersebut dalam hubungan interpersonal anaknya. Selain itu, dari sudut pandang sosiologi, peneliti melihat *silent treatment* sebagai perilaku diam dalam hubungan sosial yang digunakan untuk mengirim isi pesan tertentu dan untuk menunjukkan atau mengatur siapa yang lebih berkuasa dalam hubungan tersebut.

Sementara itu, penelitian ini menggunakan sudut pandang komunikasi interpersonal karena melihat *silent treatment* sebagai salah satu bentuk praktik komunikasi nonverbal dalam hubungan romantis. Peneliti menggunakan perspektif komunikasi interpersonal untuk mengkaji bagaimana laki-laki di Tangerang memaknai *silent treatment* pada proses penyelesaian konflik serta bagaimana tindakan tersebut memengaruhi dinamika hubungan interpersonal. Penulis juga menemukan bahwa penelitian komunikasi mengenai *silent treatment* di Indonesia masih sangat terbatas, terutama yang mengkaji fenomena ini dari perspektif laki-laki generasi Z di Tangerang dengan rentang usia yang lebih spesifik antara 18–26 tahun.

Penelitian ini didasari dengan pendekatan yang sedikit berbeda melalui penggunaan *Social Exchange Theory*. Sebagai salah satu teori dalam kajian komunikasi interpersonal yang melihat hubungan sebagai proses pertukaran, teori ini dapat membantu melihat bagaimana pelaku mempertimbangkan keuntungan dan kerugian sebelum memutuskan untuk *silent treatment*. Penelitian ini juga berusaha memahami proses tersebut dari sudut pandang pelaku langsung, sehingga memberikan gambaran yang lebih dekat dan lebih relevan dengan konteks komunikasi di kalangan generasi Z. Dengan menggunakan *Social Exchange Theory*, peneliti memandang *silent treatment* sebagai strategi komunikasi interpersonal. Dalam perspektif ini, pelaku tidak hanya mengekspresikan emosi, tetapi juga untuk mengatur respons, dan perhatian sebagai sesuatu yang dapat mereka beri atau ambil kembali dalam hubungan. Pendekatan ini dapat memberi

cara pandang baru dalam ilmu komunikasi karena peneliti melihat *silent treatment* bukan hanya sebagai perilaku pasif-agresif, tetapi sebagai bentuk komunikasi yang digunakan generasi Z untuk menegaskan posisi, kebutuhan, dan rasa aman dalam hubungan romantis.

2.2 Landasan Teori & Konsep

2.2.1 *Social Exchange Theory*

Menurut Schrodtt & Braithwaite (2022) dalam buku *Engaging Theories in Interpersonal Communication*, Definisi *Social Exchange Theory* atau Teori Pertukaran Sosial adalah kerangka teori yang menjelaskan perilaku interpersonal didasarkan pada pertimbangan manfaat dan biaya yang diperoleh dari hubungan antarindividu dengan asumsi bahwa individu bertindak secara rasional untuk memaksimalkan keuntungan dan meminimalkan kerugian dalam interaksi sosial. Keputusan untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengakhiri hubungan sangat bergantung pada perhitungan ini, yang berfokus pada upaya mendapatkan hasil imbalan terbaik dari hubungan sosial mereka. Dalam konteks hubungan interpersonal, *Social Exchange Theory* mengadopsi prinsip *Minimax* yang menjelaskan bahwa individu cenderung memilih tindakan yang memberi keuntungan terbesar bagi diri mereka; semakin tinggi nilai atau manfaat yang mereka lihat dalam suatu hasil, semakin menarik pula tindakan yang dapat membantu mereka mencapainya (Griffin et al., 2023).

Dalam teori yang menjelaskan dinamika hubungan interpersonal, menurut Schrodtt & Braithwaite (2022) terdapat beberapa elemen utama yang berperan dalam membentuk kualitas serta arah suatu hubungan. Elemen pertama adalah *Rewards*, merupakan aspek yang memberikan kepuasan atau keuntungan bagi individu, seperti cinta dan dukungan emosional yang hadir dari teman, pasangan, maupun keluarga. Di sisi lain, hubungan juga mengandung elemen *Costs*, yaitu segala hal yang menimbulkan kerugian bagi individu. Bentuknya dapat terlihat ketika seseorang menginvestasikan kasih sayang, waktu, energi, atau bahkan uang

kepada mantan pasangannya, namun tidak memperoleh timbal balik yang seimbang. Selain itu, terdapat pula elemen *outcome*.

Dalam kerangka Social Exchange Theory yang dikembangkan oleh Thibaut dan Kelley (1959) dalam Griffin et al. (2023), keputusan seseorang untuk bertahan dalam sebuah hubungan romantis tidak semata-mata ditentukan oleh ada atau tidaknya konflik, melainkan oleh hasil kalkulasi menyeluruh antara *rewards* dan *costs* yang disebut sebagai *outcome* (Griffin et al., 2023). Individu secara sadar maupun tidak sadar menimbang keuntungan emosional yang diperoleh dari hubungan terhadap kerugian yang ditimbulkan oleh dinamika konflik di dalamnya. Rasa sayang atau kedekatan emosional terhadap pasangan merupakan salah satu bentuk *rewards* yang bersifat *intangible* dan *particularized*, berbeda dari sumber daya konkret seperti uang atau barang, kasih sayang tidak dapat dipertukarkan secara langsung dan nilainya sangat bergantung pada individu yang memberikannya. Ketika individu menilai bahwa *rewards* berupa kasih sayang dan kedekatan emosional yang ia peroleh dari hubungan tetap lebih besar dibandingkan *costs* yang muncul akibat konflik yang terjadi di dalamnya, maka *outcome* yang dihasilkan tetap dipersepsikan positif. Kondisi inilah yang, berdasarkan prinsip *minimax* dalam *Social Exchange Theory*, yang di mana mendorong individu untuk tetap mempertahankan hubungan meskipun tengah mengalami konflik (Griffin et al., 2023).

Tujuan utama dari *Social Exchange Theory* adalah untuk memprediksi dan menjelaskan perilaku individu dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan, yaitu *Rewards* dan *Costs*. Dalam kerangka ini, Schrodtt & Braithwaite (2022), mengemukakan tiga asumsi utama yang menjadi dasar teori. Pertama, *Social Behaviour is Transactional*, yang berarti hubungan interpersonal dipandang sebagai suatu bentuk transaksi di mana kedua belah pihak saling melakukan pertukaran demi memperoleh manfaat bersama. Kedua, individu cenderung berupaya meminimalkan *costs* dan memaksimalkan *rewards*, sehingga mereka akan berusaha mendapatkan keuntungan sebesar mungkin sambil mengurangi risiko atau pengeluaran yang dianggap tidak perlu. Ketiga, muncul prinsip *A Debt Incurs*, yakni ketika individu menerima manfaat dari pihak lain, ia

akan merasa terdorong untuk menunjukkan rasa terima kasih dan membalas kebaikan tersebut. Ketiga asumsi ini menjelaskan bagaimana individu menilai interaksi mereka dan bagaimana keputusan dalam suatu hubungan dibentuk melalui pertimbangan untung dan rugi.

Selain elemen, *Social Exchange Theory* juga mengenal dua standar pembandingan yang digunakan individu untuk mengevaluasi hasil (*outcome*) dari sebuah hubungan (Griffin et al., 2023). Salah satu standarnya adalah *Comparison Level* (CL), yaitu ambang batas yang menentukan seberapa memuaskan suatu hubungan dirasakan oleh individu. CL terbentuk dari riwayat relasional seseorang, sehingga ketika hasil yang diperoleh berada di atas CL individu merasa puas, dan sebaliknya merasa kecewa ketika hasil berada di bawahnya.

Dengan menggunakan teori *Social Exchange Theory*, peneliti berharap dapat menelusuri apakah motivasi perilaku *silent treatment* berkaitan dengan perasaan pertukaran dalam hubungan yang tidak seimbang. Teori ini dapat menjelaskan bahwa individu menilai tindakan yang mereka ambil dalam konflik berdasarkan perbandingan antara usaha yang sudah mereka berikan dengan balasan yang mereka terima, serta membandingkan hasil dari *silent treatment* dengan hasil ketika mereka memilih berkomunikasi secara terbuka. Melalui kerangka ini, peneliti tidak hanya dapat memahami apakah perasaan ketidakadilan menjadi salah satu alasan di balik keputusan laki-laki memilih *silent treatment* saat konflik, tetapi juga mengapa mereka tetap bertahan dalam hubungan secara keseluruhan, yakni ketika hasil yang diperoleh dari hubungan tersebut dinilai masih lebih besar dibandingkan kerugian yang ditimbulkan oleh konflik yang berulang. Selain itu, teori ini juga membantu peneliti untuk mengidentifikasi individu yang diuntungkan dari *silent treatment*, konsekuensi dari individu yang terdampak, dan bagaimana situasi tersebut memengaruhi cara kedua pihak menimbang kembali untung dan rugi dalam tahapan hubungan berikutnya.

2.2.2 Silent Treatment

Silent sebagai salah satu bentuk komunikasi nonverbal menurut Wood (2020), justru memiliki kemampuan untuk menyampaikan pesan yang sangat kuat. Menurut DeVito (2022), fungsi "*silence*" atau diam sebagai bagian penting dari

komunikasi yang memiliki peran tertentu. Berbagai fungsi penting *silence* dalam komunikasi interpersonal dan bukan sekadar ketiadaan kata-kata. Salah satu fungsinya, *To Provide Time to Think*, di mana diam digunakan sebagai jeda yang memungkinkan individu menyusun kembali pesan sebelum berbicara, sehingga komunikasi menjadi lebih terarah dan matang. Selain itu, *To Hurt*, yang di mana individu secara sengaja mendiamkan lawan bicara sebagai bentuk hukuman emosional atau cara mengekspresikan ketidaksukaan tanpa harus mengungkapkannya secara verbal. Diam juga muncul sebagai *To Respond to Personal Anxiety*, terutama ketika individu berada dalam kondisi penuh tekanan, takut, atau malu; dalam situasi tersebut, diam menjadi mekanisme untuk mengatasi ketidaknyamanan dan menghindari keterlibatan langsung dalam percakapan.

Selanjutnya, diam dapat digunakan untuk *To Prevent Communication*, terutama ketika individu ingin menghindari pembicaraan yang berpotensi memicu konflik atau ketika mereka tidak siap membahas topik sensitif. Selain itu, diam juga berfungsi untuk *To Communicate Emotions*, seperti ketidakpuasan, kekecewaan, atau penolakan, tanpa harus mengucapkan sepatah kata pun; dalam hal ini diam menjadi representasi nonverbal dari perasaan tertentu. Fungsi terakhir adalah *To Achieve Specific Effects*, misalnya untuk menekankan pendapat, menciptakan ketegangan dramatis, atau menunjukkan posisi dominan dalam sebuah interaksi. Dengan demikian, diam memiliki beragam makna dan tujuan dalam komunikasi interpersonal, bergantung pada konteks dan intensi individu yang menggunakannya. Berdasarkan dari fungsi-fungsi diam yang disebutkan dapat diidentifikasi perilaku diam dapat mengarah sebagai bentuk komunikasi yang tidak sehat, dalam artian memiliki makna untuk menyakiti perasaan orang lain serta menghukum inilah yang kemudian disebut sebagai *silent treatment* (Devito et al., 2021).

Menurut DeVito (2022), *silent treatment* atau perlakuan diam dalam konteks komunikasi interpersonal adalah bentuk komunikasi di mana satu atau kedua individu secara sengaja menahan diri untuk tidak berbicara atau berkomunikasi sebagai bentuk penolakan atau menghindari konfrontasi. Strategi ini sering digunakan setelah terjadi konflik sebagai cara untuk memanipulasi atau

mengendalikan hubungan interpersonal. *Silent treatment* muncul dalam berbagai jenis hubungan, seperti keluarga, pertemanan, percintaan, maupun relasi kerja. Perlakuan ini biasanya tampak melalui sikap menarik diri dan menghindari interaksi atau konfrontasi langsung (Safitri et al., 2024).

Dalam konteks hubungan romantis, Banyak individu memilih untuk *silent treatment* pasangannya ketika terjadi masalah karena perilaku tersebut dianggap sebagai bentuk hukuman yang dianggap paling aman, serta tidak melibatkan kekerasan fisik maupun verbal (Pawestri, 2024). Taktik *silent treatment* paling banyak dilakukan pasangan sebagai cara untuk menunjukkan ketidaksukaan terhadap perilaku pasangannya (Safitri et al., 2024) Berdasarkan artikel Scott (2019) dari ABC Everyday, psikolog sekaligus terapis hubungan Sian Khuman menjelaskan bahwa *silent treatment* kerap muncul ketika individu mengalami ledakan emosi. Dalam situasi tersebut, seseorang cenderung menarik diri dari interaksi sebagai bentuk pelampiasan perasaan yang sulit ia kendalikan. Selain dipicu oleh kondisi emosional, terdapat beberapa faktor lain yang membuat seseorang melakukan *silent treatment*. Pertama, tindakan ini dapat digunakan sebagai bentuk hukuman, di mana individu secara sengaja mendiamkan pasangannya dengan tujuan memberikan efek jera. Pola ini sering kali menjadi cara untuk memperoleh kontrol atau mempertahankan posisi dominan dalam hubungan. Kedua, *silent treatment* juga dapat berfungsi sebagai strategi penghindaran masalah. Sebagian individu memilih diam untuk menghindari konflik atau menjauh dari situasi yang tidak ingin mereka hadapi. Ketiga, terdapat pula individu yang menggunakan *silent treatment* sebagai bentuk komunikasi yang tidak disadari. Keterbatasan keterampilan dalam mengekspresikan emosi membuat mereka memilih diam, dengan harapan pihak lain dapat memahami bahwa mereka sedang marah atau terluka. Dengan demikian, *silent treatment* bukan hanya respons emosional spontan, tetapi juga dapat menjadi strategi interpersonal yang dipengaruhi oleh motivasi dan kemampuan komunikasi individu.

Dr. Tracey Marks, dalam kanal YouTubenya menguraikan bahwa ada perbedaan antara pasangan yang tidak bisa berkomunikasi dan pasangan yang menggunakan perlakuan diam sebagai taktik pasif-agresif. Dalam konteks

pasangan, diam biasanya muncul setelah pertengkaran atau kekecewaan, di mana pasangan sengaja tidak bicara atau memberikan jawaban singkat dan dingin sebagai bentuk hukuman. Ciri-ciri *silent treatment* menurut Marks (2019), dapat terlihat dari pola komunikasi yang berubah secara signifikan dalam suatu hubungan. Individu yang menerapkan perilaku ini biasanya memberikan jawaban singkat ketika ditanya dan tidak menunjukkan inisiatif untuk memulai percakapan. Selain itu, mereka menghindari peran dalam membuka interaksi, membiarkan situasi tetap hening hingga periode diam tersebut berakhir. Ketika pasangannya berusaha mendorong percakapan lebih jauh, individu yang melakukan *silent treatment* sering kali menunjukkan kemarahan atau memberikan komentar bernada tajam sebagai cara untuk menghentikan dialog. Pola-pola ini menunjukkan bahwa *silent treatment* bukan sekadar diam, tetapi merupakan bentuk penarikan diri yang disengaja dan berdampak pada dinamika komunikasi dalam hubungan. Tindakan *silent treatment* sebagai bentuk penghindaran tidak dianggap produktif dalam menyelesaikan konflik oleh DeVito (2022), selain itu *silent treatment* dapat merusak hubungan jangka panjang jika masalah atau konflik tidak diatasi dan dibicarakan sampai tuntas.

Dalam penelitian ini, konsep *silent treatment* dapat digunakan untuk memahami laki-laki dalam memaknai tindakan diam yang mereka lakukan dalam hubungan romantis. Berbagai fungsi *silent treatment*, seperti memberi waktu berpikir, secara sengaja menyakiti, meredakan kecemasan, menghindari komunikasi, mengekspresikan emosi, hingga mencapai tujuan tertentu, menjadi dasar bagi peneliti untuk mengidentifikasi motif yang mungkin muncul dari pengalaman informan. Melalui konsep ini, peneliti dapat mengidentifikasi frekuensi perilaku *silent treatment* sampai membentuk pola yang berulang dalam hubungan.

2.2.3 Peran Gender Laki-laki dan Perempuan Dalam Hubungan Romantis

Untuk memahami peran gender, penting terlebih dahulu membedakan konsep seks dan gender. Seks merujuk pada perbedaan biologis antara laki-laki dan perempuan yang bersifat kodrati dan tidak dapat dipertukarkan, seperti perbedaan

organ reproduksi Ramdani et al. (2022). Sementara itu, gender merujuk pada peran dan sifat yang dikategorikan sebagai maskulin atau feminin, yang dikonstruksi secara sosial, budaya, dan psikologis melalui nilai-nilai serta sistem simbol masyarakat, bukan diperoleh sejak lahir (Anindya, 2018). Karena bersifat konstruksi, sifat maskulin dan feminin tidaklah tetap, melainkan dapat berubah sesuai konteks budaya dan waktu yang berbeda (Anindya, 2018). Pembentukan gender ini berlangsung melalui proses sosialisasi, di mana keluarga menjadi tempat pertama seorang anak mempelajari peran yang dianggap sesuai dengan jenis kelaminnya, yang kemudian diperkuat oleh lingkungan yang lebih luas seperti sekolah dan kelompok pertemanan (Anindya, 2018).

Peran gender terbentuk dan diwariskan melalui proses sosialisasi. Keluarga menjadi tempat pertama seorang anak mempelajari peran yang dianggap sesuai dengan jenis kelaminnya, yang kemudian diperkuat oleh lingkungan yang lebih luas seperti sekolah dan kelompok pertemanan (Anindya, 2018). Perbedaan peran yang diajarkan ini lama-kelamaan melahirkan beragam stereotip yang berkembang dalam masyarakat (Nistriyani et al., 2024). Pada struktur budaya timur, laki-laki sering diposisikan lebih tinggi dalam tatanan masyarakat (Adrian, 2023). Dalam masyarakat patriarki seperti di Indonesia, ketimpangan peran ini membuat laki-laki cenderung memperoleh lebih banyak hak istimewa, dan kondisi tersebut terus diwariskan dari generasi ke generasi hingga menjadi bagian dari budaya masyarakat (Dalimoenthe, 2021).

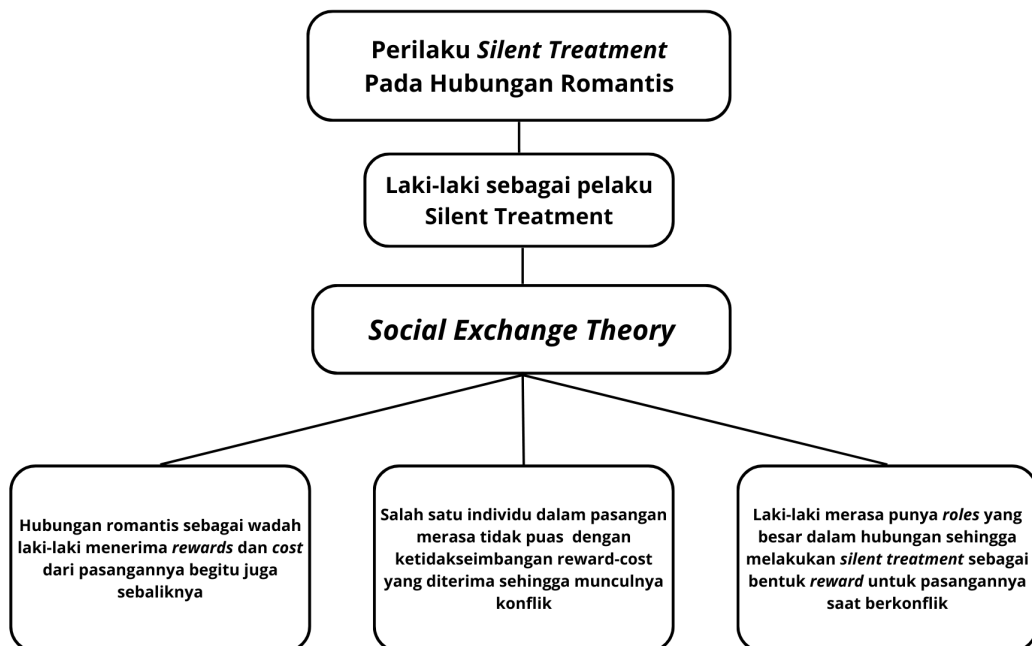
Melalui proses tersebut, laki-laki dikonstruksi sebagai individu yang maskulin, yaitu kuat, rasional, mampu memimpin, serta menjadi penyedia (Hisyam et al., 2024). Dalam konteks hubungan romantis, laki-laki kemudian diharapkan bersikap dominan, tegas, dan aktif dalam memulai serta mengatur hubungan (Curun et al., 2017). Menurut Connell (2020) disebut bahwa bentuk maskulinitas ideal dan dominan ini sebagai maskulinitas hegemonik, yaitu standar "laki-laki sejati" yang menuntut laki-laki untuk tampil kuat, mengendalikan diri, dan tidak menunjukkan kelemahan. Connell (2020) juga menjelaskan bahwa salah satu cirinya, yaitu kemampuan menahan emosi, bukanlah sifat alami, melainkan sesuatu yang dipelajari dan diambil alih laki-laki sejak kecil sebagai bagian dari upaya memenuhi

standar maskulin. Dalam konteks masyarakat Indonesia, hal ini tampak dari pola pengasuhan yang mengajarkan anak laki-laki untuk tidak boleh menangis dan harus kuat, sehingga ketika seorang laki-laki menunjukkan emosi yang dianggap kelemahan, ia kerap dipandang tidak maskulin (Syahfitri & Mawangir, 2024). Akibatnya, satu-satunya emosi negatif yang dianggap dapat diterima dari laki-laki adalah kemarahan (Ramdani et al., 2022).

Konstruksi maskulinitas tidak berdiri sendiri, melainkan terbentuk berhadapan dengan konstruksi feminitas. Berbeda dengan laki-laki, perempuan diarahkan untuk bersikap lemah lembut, penyayang, sabar, serta menjaga keharmonisan hubungan (Maulida, 2021). Dalam konteks hubungan romantis, perempuan diharapkan bersikap lebih pasif, empatik, dan mendukung pasangan (Curun et al., 2017). Dengan demikian, maskulinitas dan feminitas merupakan dua peran yang saling melengkapi dalam satu sistem konstruksi gender yang sama.

Dalam penelitian ini, konsep peran gender digunakan untuk membantu peneliti memahami apakah perilaku *silent treatment* yang dilakukan laki-laki muncul sebagai bagian dari peran maskulin yang dikonstruksikan dalam masyarakat. Dalam relasi heteroseksual, laki-laki sering diposisikan sebagai pihak yang dominan, mengatur arah hubungan, dan dianggap sebagai pengambil keputusan. Konstruksi ini dapat membuat sebagian laki-laki merasa memiliki kendali lebih besar dalam hubungan, sehingga ketika terjadi konflik, mereka menggunakan diam sebagai cara untuk menegaskan posisi tersebut sekaligus menghindari ekspresi emosional yang dianggap tidak sesuai dengan citra maskulin yang diharapkan. Di sisi lain, perempuan yang dibentuk oleh nilai-nilai feminin seperti kesabaran, kepatuhan, dan keinginan menjaga keharmonisan hubungan, cenderung menerima atau menoleransi perlakuan tersebut meskipun menimbulkan ketidaknyamanan emosional. Dengan demikian, melalui konsep peran gender, peneliti dapat mengidentifikasi apakah *silent treatment* pada laki-laki bukan semata respons emosional, tetapi juga dipengaruhi oleh konstruksi maskulinitas yang menempatkan diam sebagai pilihan yang lebih sesuai dengan peran gender yang telah diinternalisasi sejak lama.

2.3 Kerangka Pemikiran



Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran Penelitian

Sumber: Data Olahan Pribadi