

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hubungan jarak jauh atau sering disebut dengan Long Distance Relationship (LDR) di Indonesia telah hal yang umum terjadi. Long Distance Relationship (LDR) merupakan hubungan dimana para pasangan terpisah secara fisik dan geografis sehingga tidak memungkinkan bertemu untuk waktu tertentu (Mustafa, 2023).

Beberapa situs website di Indonesia telah melakukan survei mengenai long distance relationship dengan mengumpulkan data dari responden yang menjalaninya. Bersumber dari website tirto.id, sebanyak 63,4% responden sedang menjalani LDR, dimana 71,6% masih berstatus pacarana sedangkan 28,4% pasangan yang sudah berstatus menikah (Widyanisa et al., 2018). Tentu saja, tingkat keberhasilan pasangan dalam menjalin hubungan bervariasi, terutama pada pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh. (Mustafa, 2023)

Penyebab pasangan yang menjalani Long Distance Relationship (LDR) meliputi pendidikan, mengejar peluang karir, dinas militer, serta keterbatasan waktu, biaya dan lokasi (Septiani & Kusumiati, 2023). Situasi ini memaksa individu harus pergi dan berpisah secara fisik dengan pasangan dalam periode waktu tertentu (Syahputri & Khoirunnisa, 2021). Akibat dari mahasiswa yang melanjutkan pendidikan di luar daerah yaitu peningkatan jumlah pasangan yang menjalani long distance relationship (Syahputri & Khoirunnisa, 2021).

Keterpisahan jarak jauh dan berlangsung cukup lama dapat mempengaruhi bagaimana pasangan menjaga hubungan mereka, dengan sering mengandalkan teknologi untuk berkomunikasi dan strategi pemeliharaan hubungan (Isnaini et al., 2024). Aplikasi seperti WhatsApp berperan besar dalam menjembatani kesenjangan jarak dan mendukung pola komunikasi efektif bagi pasangan LDR (Zebua & Kartikawati, 2023). Oleh karena itu, pasangan yang ingin mempertahankan long distance relationship memerlukan pola komunikasi efektif dan komitmen untuk menjaga keharmonisan (Zebua & Kartikawati, 2023), sebab komitmen menjadi faktor utama dalam keharmonisan hubungan romantis

(Syahputri & Khoirunnisa, 2021). Selain itu, pasangan LDR sering menghadapi tantangan seperti kesepian emosional, minimnya kehadiran fisik, dan masalah kepercayaan, yang berdampak pada komitmen mereka (Mariñas dkk., 2022).

Keberadaan media sosial, telah mengubah pola perilaku masyarakat dalam menjalin sebuah hubungan, dimana individu dapat dengan mudah berinteraksi dengan sesama melalui media sosial bahkan dengan orang yang belum dikenal, hingga dimanfaatkan sebagai sarana mencari pasangan yang kemudian tetap berperan saat memasuki fase berpacaran, khususnya dalam pengelolaan hubungan jarak jauh melalui konsep self disclosure (Habibah & Sukmawati, 2021). Berbagai platform sosial media yang ada, mempermudah pasangan dalam proses komunikasi sehari-hari, mempublikasikan status hubungan, memantau aktivitas satu sama lain, mencari tahu informasi lingkungan pergaulan pasangannya, serta membuat berbagai aturan untuk mengurangi ketidakpastian, mempertahankan hubungan hingga pertimbangan keputusan kelanjutan hubungan keduanya (Habibah & Sukmawati, 2021)

Komunikasi interpersonal meruokan proses komunikasi yang terjadi antara dua orang atau lebih dan memiliki peran penting dalam mempererat interaksi individu, menjaga dan mengembangkan hubungan yang efektif serta meningkatkan kemampuan dalam menyelesaikan suatu masalah (Rahayu & Safitri, 2022). Salah satu fenomena yang kerap muncul dalam hubungan interpersonal dan berpotensi menimbulkan dampak signifikan yaitu praktik “perlakuan diam” atau *silent treatment* (Rahmi, 2021). Silent treatment merupakan bentuk komunikasi nonverbal yang dilakukan secara sengaja aebagai upaya menghindari interaksi atau mengekspresikan ketidaksetujuan. Meskipun ditandai dengan ketiadaan pesan verbal, keheningan dalam konteks ini tetap mengandung makna simbolik yang menyampaikan pesan tertentu (Knapp & Hall, 2010), sehingga seseorang dapat “berkomunikasi” melalui diam. Pada praktiknya, *silent treatment* berkorelasi negative degan kualitas komunikasi interpersonal, karena dapat menutup saluran pertukaran pesan, menyebabkan miskomunikasi dan asumsi keliru, sehingga memicu konflik dan perasaan tidak dihargai, serta mengganggu empati dan kepercayaan dalam relasi. Sejalan dengan

hal tersebut, dalam penelitian Schrodtt & Witt (2006) mengategorikan silent treatment sebagai bentuk komunikasi destruktif yang berdampak pada penurunan kepuasan hubungan dan kedekatan emosional dalam relasi romantik.

Salah satu penyebab konflik yang terjadi ketika menjalani hubungan LDR yaitu kesulitan dalam mengelola emosi. Menurut Susiana dkk (2024) silent treatment merupakan suatu bentuk penyelesaian masalah. Bentuk silent treatment ini biasanya adalah perilaku untuk mendiamkan lawan bicara sebagai bentuk ketidaksetujuan atau rasa jengkel, sebal, marah, maupun sedih terhadap permasalahan yang dihadirkan oleh lawan bicaranya. Situasi ini justru memperpanjang masalah dan seringkali tidak menemukan solusi yang jelas. Seseorang yang melakukan silent treatment merasa dapat menghindari konflik atau emosi negatif. Padahal, perilaku tersebut tidak menyelesaikan masalah dan justru dapat memperburuk suasana, baik untuk bagi pelaku maupun orang di sekitarnya (Susiana Nur Safitri 1 & Priyahita Garmadyuti Suryawijaya1, 2024)

Fenomena silent treatment memiliki potensi untuk menyebabkan hancurnya sebuah hubungan. Jika salah satu pasangan menggunakan silent treatment untuk menghindari konflik atau bentuk “hukuman”, hal ini menghalangi komunikasi yang sehat dan produktif. Akibatnya, masalah terselesaikan, hanya perasaan negative yang terus tertumpuk dan memperparah konflik. Jika dibiarkan berlarut-larut, silent treatment akan merusak dasar hubungan hingga berujung pada perpisaahan (Syafirah, 2024).

Pada penelitian-penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada konflik hubungan jarak jauh (LDR), namun konflik yang dimaksud tidak mendalami secara subjektif. Dengan pendekatan studi kasus kualitatif, penelitian ini akan mengisi kesenjangan tersebut dengan mengungkap silent treatment sebagai sebuah konflik yang muncul ketika pasangan berhubungan dengan jarak jauh.

Penelitian ini menerapkan pendekatan studi kasus kualitatif. Creswell (2016), mendefinisikan studi kasus sebagai metode kualitatif yang menekankan eksplorasi mendalam terhadap suatu fenomena atau kasus dalam konteks kehidupan sehari-hari. Penelitian ini memilih pendekatan studi kasus karena berfokus pada satu konteks spesifik, yaitu mahasiswa di Kota Malang yang

menjalani hubungan jarak jauh dan mengalami fenomena silent treatment. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memahami secara mendalam pola komunikasi, konteks sosial, serta makna yang muncul dari interaksi tersebut.

Ketertarikan peneliti terhadap dinamika hubungan jarak jauh menjadi alasan utama dalam memilih topik ini. Hubungan jarak jauh memiliki tantangan komunikasi yang berbeda dibanding hubungan yang dilakukan secara tatap muka. Keterbatasan pertemuan membuat pasangan mengandalkan pesan, panggilan telepon, atau video call sebagai sarana utama berinteraksi. Dalam kondisi seperti ini, setiap ucapan, respon, bahkan jeda diam, dapat membawa makna yang lebih dalam bagi hubungan tersebut.

Salah satu fenomena yang sering muncul dalam hubungan interpersonal adalah *silent treatment*, yaitu perilaku mendiamkan lawan bicara sebagai bentuk ekspresi ketidaksetujuan maupun respons terhadap perasaan jengkel, sebal, marah, maupun sedih yang dipicu oleh permasalahan tertentu (Susiana Nur Safitri 1 & Priyahita Garmadyuti Suryawijaya1, 2024). Sikap diam dalam konteks ini bukan sekadar ketiadaan komunikasi verbal, melainkan juga mengandung pesan emosional seperti kemarahan, kekecewaan, atau keinginan menghindari konflik. Fenomena tersebut memunculkan pertanyaan mengenai bagaimana perilaku diam tersebut memengaruhi kualitas komunikasi interpersonal, khususnya untuk pasangan LDR, di mana komunikasi menjadi sarana utama dalam menjaga keberlangsungan hubungan.

Melalui penelitian ini, peneliti berharap dapat memberikan dua jenis manfaat. **Secara teoritis** Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat untuk memperkuat dan melengkapi teori-teori yang telah ada, khususnya yang berkaitan dengan komunikasi interpersonal dalam hubungan jarak jauh. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dengan tema serupa. Bagi pembaca, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih luas mengenai peran dan pengaruh komunikasi interpersonal terhadap dinamika hubungan pasangan, khususnya pada pasanga LDR. **Secara praktis**, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman bagi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh mengenai

dampak penggunaan silent treatment, sehingga mereka dapat lebih bijak dan berhati-hati dalam membangun komunikasi. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan pemahaman baru bagi individu yang sering menjadi penerima silent treatment agar dapat mengenali dampak yang ditimbulkan serta menemukan cara yang lebih konstruktif dalam menyikapi situasi tersebut. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi kontribusi bagi pihak-pihak yang tertarik pada isu komunikasi interpersonal, seperti konselor atau praktisi komunikasi, dalam memahami dinamika konflik yang dipengaruhi oleh silent treatment pada hubungan jarak jauh.

Selain keterbatasan jarak yang membuat pasangan tidak dapat bertemu secara langsung, pola komunikasi juga menjadi salah satu tantangan dalam menjalani sebuah hubungan jarak jauh (Saniastari et al., 2025). Ketika salah satu pihak memilih untuk bersikap diam atau menerapkan silent treatment, proses interaksi antarpasangan menjadi terhambat. Situasi tersebut berpotensi memengaruhi kualitas komunikasi interpersonal, seperti berkurangnya rasa keterbukaan hingga munculnya jarak emosional antara pasangan. Fenomena ini kemudian menimbulkan pertanyaan mengenai bagaimana peran silent treatment dalam hubungan, terutama dalam konteks pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan pada latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

Bagaimana penggunaan *silent treatment* dalam konflik hubungan jarak jauh?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan fenomena dan rumusan masalah yang telah ditemukan, penelitian ini ditujukan untuk memahami bagaimana *silent treatment* digunakan dalam membentuk dinamika komunikasi interpersonal pada hubungan jarak jauh tersebut.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berdasarkan rumusan yang telah disusun sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Pada penelitian ini diharapkan dapat menjadi pendukung teori yang lebih dahulu ada. Serta diharapkan menjadi bahan referensi penelitian serupa. Bagi pembaca diharapkan mendapat informasi atas penelitian ini dan memperluas wawasan tentang bagaimana komunikasi interpersonal memiliki pengaruh besar terhadap pasangan terutama pasangan LDR.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil dari penelitian ini diharap dapat memberikan pemahaman bagi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh mengenai dampak *silent treatment* sehingga dapat lebih berhati-hati dalam membangun komunikasi.
- b. Memberikan wawasan terhadap individu yang sering menerima *silent treatment* agar dapat mengenali dampaknya dan menemukan cara yang lebih konstruktif dalam menghadapi situasi tersebut.
- c. Menjadi masukan bagi pihak-pihak yang tertarik dengan isu komunikasi interpersonal (misalnya konselor atau praktisi komunikasi) dalam memahami dinamika konflik yang dipengaruhi oleh *silent treatment* pada hubungan jarak jauh.