

SILENT TREATMENT SEBAGAI BENTUK KEKERASAN NON VERBAL PADA PASANGAN PERNIKAHAN DI DESA CANCUNG KECAMATAN BUBULAN KABUPATEN BOJONEGORO

SILENT TREATMENT AS A FORM OF NON-VERBAL VIOLENCE AGAINST MARRIAGE COUPLES IN CANCUNG VILLAGE, BUBULAN DISTRICT, BOJONEGORO REGENCY

Lissa Mukhlisshotun Nawa¹, Fansisca Benedicta Avira Citra Paramita², Muchamad Risqi³

Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Korespondensi: lissanawa09@email.com

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<i>Sejarah Artikel:</i> <i>Diterima: 05/05/2026</i> <i>Direvisi: 25/06/2026</i> <i>Publikasi: 29/06/2026</i>	Penelitian ini mengkaji fenomena silent treatment sebagai bentuk kekerasan nonverbal pada pasangan pernikahan di Desa Cancung, Kecamatan Bubulan, Kabupaten Bojonegoro. Silent treatment merupakan perilaku mendiamkan pasangan secara sengaja yang dapat menimbulkan dampak psikologis serius. Penelitian menggunakan pendekatan fenomenologi dengan metode deskriptif kualitatif melalui wawancara mendalam terhadap lima pasangan suami istri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa silent treatment terwujud dalam berbagai bentuk perilaku nonverbal seperti sikap cuek, jawaban singkat, dan menghindari kontak. Faktor penyebabnya meliputi tekanan ekonomi, kelelahan psikologis, dan pola komunikasi yang diwarisi dari keluarga asal. Perilaku ini terbukti menimbulkan dampak emosional berupa kesedihan, rasa diabaikan, dan jarak emosional yang merusak kualitas hubungan pernikahan.
e-ISSN: 3124-9019	
Kata Kunci: Silent Treatment, Komunikasi Nonverbal, Kekerasan Nonverbal, Pasangan Pernikahan, Fenomenologi. Keywords: <i>Silent Treatment,</i> <i>Nonverbal Communication,</i> <i>Nonverbal Violence,</i> <i>Married Couples,</i> <i>Phenomenology.</i>	ABSTRACT <i>This study examines the phenomenon of silent treatment as a form of nonverbal violence in married couples in Cancung Village, Bubulan District, Bojonegoro Regency. Silent treatment refers to deliberate communication withdrawal that can cause serious psychological impacts. The study employs a phenomenological approach with qualitative descriptive method through in-depth interviews with five married couples. The findings reveal that silent treatment manifests in various nonverbal behaviors such as indifference, brief responses, and avoiding contact. Contributing factors include economic pressure, psychological fatigue, and communication patterns inherited from family of origin. This behavior is proven to cause emotional impacts including sadness, feeling ignored, and emotional distance that damages the quality of marital relationships.</i>

PENDAHULUAN

Penelitian ini berfokus pada silent treatment sebagai bentuk kekerasan nonverbal pada pasangan pernikahan di Desa Cancung, Kecamatan Bubulan, Kabupaten Bojonegoro. Fenomena *silent treatment* dalam hubungan pasangan pernikahan, khususnya pada pasangan yang berada pada rentang usia dewasa muda sekitar 20–40 tahun dan telah menjalani pernikahan selama 1–10 tahun, menjadi fokus utama penelitian ini. Klasifikasi ini dipilih karena pada periode tersebut pasangan masih berada dalam proses penyesuaian peran, pembentukan pola komunikasi, dan penyelesaian konflik dalam rumah tangga.

Silent treatment merujuk pada perilaku mendiamkan pasangan secara sengaja dengan cara menolak berkomunikasi, menghindari percakapan, atau menarik diri dari interaksi sebagai bentuk ekspresi emosi negatif seperti kemarahan, kekecewaan, atau frustrasi. Menurut Amalia et al. (2022), *silent treatment* merupakan perilaku menahan komunikasi secara verbal kepada orang lain sebagai bentuk respons terhadap konflik interpersonal. Perilaku ini sering digunakan sebagai cara untuk memberikan hukuman emosional kepada pasangan sehingga individu yang menjadi sasaran dapat merasa bersalah atau mengalami tekanan secara psikologis.

Fenomena *silent treatment* dapat dipahami sebagai bentuk komunikasi nonverbal karena pesan yang disampaikan tidak muncul melalui kata-kata, melainkan melalui tindakan diam, menghindari percakapan, menolak merespons, menjaga jarak, atau menunjukkan sikap dingin terhadap pasangan. Dalam kajian komunikasi nonverbal, diam bukan berarti tidak berkomunikasi, melainkan tetap mengandung makna yang dapat ditangkap oleh lawan bicara (Mikraj et al., 2026). Sikap diam tersebut dapat dimaknai sebagai bentuk penolakan, kemarahan, kekecewaan, pengabaian, atau bahkan kontrol terhadap pasangan.

Berdasarkan data Pengadilan Agama Bojonegoro, angka perceraian pada tahun 2025 tergolong tinggi, yaitu mencapai sekitar 2.774 perkara yang didominasi oleh perselisihan dan pertengkaran yang berlangsung terus-menerus. Mayoritas perceraian tersebut didominasi oleh cerai gugat yang diajukan oleh pihak istri dan banyak terjadi pada usia pernikahan yang relatif singkat, bahkan kurang dari lima tahun. Kondisi ini mengindikasikan adanya permasalahan dalam pola komunikasi antara pasangan, di mana konflik tidak dikelola dan diselesaikan secara efektif.

Penelitian ini menggunakan teori fenomenologi sebagai landasan utama untuk memahami pengalaman pasangan suami istri yang mengalami *silent treatment* dalam hubungan pernikahan. Fenomenologi digunakan karena penelitian ini berfokus pada pengalaman sadar individu, makna pengalaman tersebut, serta bagaimana informan memahami realitas yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari (Husserl dalam Asih, 2005). Pertanyaan penelitian yang diajukan adalah: Bagaimana *silent treatment* sebagai bentuk kekerasan nonverbal pada pasangan pernikahan di Desa Cancung, Kecamatan Bubulan, Kabupaten Bojonegoro?

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif dan desain fenomenologi untuk memahami pengalaman langsung pasangan suami istri yang mengalami *silent treatment* dalam kehidupan rumah tangga mereka. Penelitian dilakukan di Desa Cancung, Kecamatan Bubulan, Kabupaten Bojonegoro pada tahun 2025–2026.

Subjek penelitian adalah lima pasangan suami istri yang dipilih secara *purposive* berdasarkan kriteria: berdomisili di Desa Cancung, berada pada rentang usia dewasa muda (20–40 tahun), telah menjalani pernikahan selama 1–10 tahun, dan pernah mengalami *silent treatment* dalam hubungan pernikahan. Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan observasi, sedangkan data sekunder berasal dari dokumentasi dan studi literatur. Teknik analisis data yang

digunakan adalah analisis fenomenologi dengan langkah epoche, reduksi fenomenologis, dan deskripsi esensi fenomena. Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber dan triangulasi metode.

Tabel 1. Karakteristik Informan Penelitian

No	Nama / Inisial	Usia	Jenis Kelamin	Lama Pernikahan	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan
1.	Hesti	27	Perempuan	4 tahun	S1	Guru
2.	Siska	25	Perempuan	3 tahun	SMA	Ibu Rumah Tangga
3.	Yasamak	30	Laki-laki	5 tahun	SMK	Pangkas Rambut
4.	Nurul	32	Perempuan	7 tahun	SMP	Penjahit
5.	Arif	35	Laki-laki	8 tahun	SMA	Petani

Sumber: Data Primer Penelitian (2025)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk Silent Treatment sebagai Kekerasan Nonverbal

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, *silent treatment* dalam hubungan pernikahan di Desa Cancung tidak hanya diwujudkan melalui perilaku diam semata, melainkan mencakup berbagai bentuk komunikasi nonverbal yang dapat diidentifikasi secara konsisten pada seluruh informan. Bentuk-bentuk tersebut meliputi sikap cuek, memberikan jawaban singkat, menghindari kontak, bermain *handphone*, keluar rumah tanpa penjelasan, tidur lebih cepat, serta perubahan ekspresi wajah dan nada bicara.

Hesti (27 tahun) mengungkapkan: "*Kalau lagi ada masalah, saya jadi lebih sering diam, tidak terlalu banyak ngobrol. Paling kalau ditanya ya jawab seperlunya saja.*" Pernyataan serupa disampaikan Siska (25 tahun) yang menyatakan bahwa ia cenderung mengalihkan perhatian dengan bermain *handphone* atau melakukan aktivitas lain untuk menghindari interaksi dengan suami ketika terjadi konflik.

Keseluruhan bentuk perilaku ini dilakukan secara sengaja sebagai respons terhadap konflik dan mengandung pesan emosional berupa penolakan, kemarahan, dan pengabaian kepada pasangan. Temuan ini sejalan dengan konsep yang dikemukakan Dubey et al. (2026) bahwa *silent treatment* merupakan bentuk ostrakisme sosial yang digunakan secara manipulatif untuk mengontrol pasangan atau memaksakan kehendak dalam hubungan interpersonal.

Silent Treatment dalam Kehidupan Pernikahan

Seluruh informan menyatakan pernah mengalami episode *silent treatment* yang berulang dalam kehidupan rumah tangga, dengan durasi bervariasi dari beberapa jam hingga hampir seminggu. Nurul (32 tahun) menggambarkan kondisi tersebut dengan sangat tepat: "*Kalau lagi ada masalah biasanya suasana rumah jadi beda dari biasanya. Saya sama suami jadi jarang ngobrol, rumah terasa sepi, dan masing-masing sibuk sendiri. Kadang walaupun lagi duduk dekat tetap terasa jauh karena tidak ada obrolan.*"

Gambaran "duduk dekat tapi terasa jauh" mendeskripsikan secara akurat bagaimana *silent treatment* bekerja dalam pernikahan. Kehadiran fisik tidak menjamin kehadiran emosional. Kondisi ini menjadikan *silent treatment* sebagai bentuk kekerasan nonverbal yang unik: tidak meninggalkan bekas fisik, tetapi menciptakan jurang emosional yang nyata di antara dua orang yang hidup bersama. Penelitian Hartoyo et al. (2026) menjelaskan bahwa korban *silent treatment* sering tidak disadari

sebagai korban kekerasan emosional, padahal tindakan ini dapat menimbulkan dampak psikologis serius, seperti kecemasan, menurunnya harga diri, dan kelelahan emosional.

Penelitian ini juga menemukan adanya perbedaan gaya komunikasi berdasarkan jenis kelamin. Informan perempuan (Hesti, Siska, Nurul) cenderung menginginkan komunikasi langsung ketika konflik terjadi, sementara informan laki-laki (Yasamak, Arif) cenderung memilih diam terlebih dahulu untuk meredakan emosi sebelum berkomunikasi. Ketidakcocokan dua gaya komunikasi ini menjadi sumber ketegangan relasional yang berulang dan memperparah episode *silent treatment* dalam pernikahan.

Faktor Penyebab Terjadinya Silent Treatment

Berdasarkan hasil wawancara, faktor penyebab *silent treatment* dalam pernikahan di Desa Cancung dapat dikelompokkan menjadi tiga lapisan faktor yang saling menguat.

Pertama, faktor situasional berupa tekanan ekonomi, masalah pekerjaan, dan kebutuhan rumah tangga. Arif menyatakan: "*Kadang karena saya capek habis kerja di sawah, jadi kalau ada masalah saya lebih mudah emosi dan memilih diam.*" Kondisi sebagai petani yang bergantung pada hasil panen menjadikan tekanan ekonomi bersifat musiman dan tidak pasti, sehingga lebih mudah memunculkan sensitivitas emosional.

Kedua, faktor psikologis berupa kelelahan fisik yang memperlemah regulasi emosi dan ketakutan konflik semakin besar. Kelelahan fisik menjadi jembatan antara faktor situasional dengan respons psikologis berupa diam. Ketika seseorang lelah dan emosinya mudah terpicu, diam menjadi pilihan yang terasa lebih aman dibandingkan berbicara yang berisiko memperburuk situasi.

Ketiga, faktor sosialisasi berupa internalisasi pola komunikasi dari keluarga asal. Seluruh informan mengakui adanya pengaruh pola komunikasi orang tua. Yasamak menyatakan: "*Ada pengaruhnya juga, karena saya terbiasa melihat ayah saya diam kalau lagi marah.*" Temuan ini menunjukkan bahwa pola diam sebagai respons konflik merupakan perilaku yang dipelajari sejak masa kanak-kanak dan dibawa ke dalam kehidupan pernikahan. Sebagaimana dikemukakan Wright & Roloff (2009), penggunaan *silent treatment* secara terus-menerus dapat merusak keterikatan emosional dan menghambat penyelesaian konflik dalam hubungan jangka panjang.

Silent Treatment sebagai Kekerasan Nonverbal pada Pasangan Pernikahan

Penelitian ini menemukan bahwa *silent treatment* secara konsisten menimbulkan dampak psikologis yang nyata dan berlapis. Lima pernyataan dari lima informan yang berbeda menunjukkan pola yang sangat konsisten: rasa sedih, kepikiran, merasa diabaikan, bingung, dan suasana rumah yang dingin. Hesti menyatakan: "*Saya merasa sedih dan kepikiran terus. Kadang juga merasa seperti diabaikan.*" Siska mengungkapkan: "*Rasanya sedih dan tidak nyaman. Saya juga jadi kepikiran dan merasa kurang diperhatikan.*"

Konsistensi dampak psikologis ini membuktikan bahwa *silent treatment* secara sistematis menghasilkan efek negatif pada pihak yang menerimanya, tidak peduli latar belakang informan. Dampak inilah yang menjadikan *silent treatment* sebagai bentuk kekerasan nonverbal: ia menyakiti tanpa memukul, menghukum tanpa berteriak, dan melukai tanpa meninggalkan bekas yang tampak. Irawati (2025) menjelaskan bahwa *silent treatment* dapat muncul dalam bentuk penghindaran komunikasi, penolakan berbicara, serta manipulasi emosional yang berdampak pada kesehatan mental korban seperti kecemasan, depresi, dan penurunan rasa percaya diri.

Dampak *silent treatment* tidak hanya bersifat emosional sesaat, tetapi juga memengaruhi anak-anak dalam keluarga. Nurul menyatakan: "*Dampaknya suasana rumah jadi tegang dan anak-anak juga ikut merasakan.*" Arif melengkapi: "*Komunikasi jadi kurang baik, rumah terasa dingin, dan anak-anak juga jadi ikut diam.*" Temuan ini menunjukkan bahwa *silent treatment* dalam pernikahan

bukan hanya masalah antara suami dan istri, melainkan memiliki dampak yang meluas ke seluruh sistem keluarga, sejalan dengan temuan Rahmawati et al. (2025) yang mengategorikan *silent treatment* sebagai bentuk kekerasan psikis dalam rumah tangga.



Gambar 1. Dokumentasi wawancara

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *silent treatment* dalam hubungan pernikahan di Desa Cancung, Kecamatan Bubulan, Kabupaten Bojonegoro merupakan bentuk kekerasan nonverbal yang nyata dan memiliki dampak berlapis. Pertama, *silent treatment* terwujud dalam berbagai bentuk perilaku nonverbal yang dilakukan secara sengaja sebagai respons konflik, meliputi sikap cuek, jawaban singkat, penghindaran kontak, dan penarikan diri dari interaksi. Kedua, seluruh informan mengalami episode *silent treatment* berulang dengan perbedaan gaya komunikasi berdasarkan jenis kelamin yang memperparah ketegangan relasional.

Ketiga, faktor penyebab *silent treatment* dipengaruhi oleh tiga lapisan yang saling menguat: faktor situasional (tekanan ekonomi dan pekerjaan), faktor psikologis (kelelahan dan regulasi emosi), serta faktor sosialisasi (pola komunikasi dari keluarga asal). Keempat, perilaku ini secara konsisten menimbulkan dampak psikologis negatif berupa rasa sedih, bingung, merasa diabaikan, hubungan emosional yang merenggang, dan kondisi emosional anak-anak yang turut terpengaruh. Temuan ini mengkonfirmasi bahwa *silent treatment* merupakan bentuk kekerasan nonverbal yang perlu mendapat perhatian serius dalam konteks komunikasi pernikahan dan kesehatan keluarga.

Saran yang dapat diajukan adalah pasangan suami istri perlu membangun kesadaran bahwa *silent treatment* bukan cara yang sehat untuk menghadapi konflik. Orang tua diharapkan menjadi teladan dalam menyelesaikan konflik secara terbuka. Pemangku kebijakan perlu meningkatkan program edukasi komunikasi pernikahan yang sehat. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan kajian dengan cakupan informan lebih luas dan pendekatan longitudinal untuk memahami dinamika *silent treatment* secara lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Copyright © 2025 Dipublikasikan oleh Collegium Publisher, Open Access article: <https://journal.collegium.id/index.php/AI/index>

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh informan pasangan suami istri di Desa Cancung, Kecamatan Bubulan, Kabupaten Bojonegoro yang telah bersedia berbagi pengalaman. Terima kasih pula kepada Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, serta kepada Kepala Desa Cancung dan seluruh pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini.

REFERENSI

- Agarwal, S., & Prakash, N. (2022). When silence speaks exploring reasons of silent treatment from perspective of source. *International Journal of Trend in Scientific Research and Development*, 6(3), 2456–6470.
- Amalia, I., Asbari, M., Bagus, D., Winata, P., & Rohanah, S. (2022). Bahaya Silent Treatment. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 01(01), 1–6.
- Asih, I. D. (2005). Fenomenologi Husserl: Sebuah cara kembali ke fenomena. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 9(2).
- Damayanti, S., & Indriastuti, Y. (2022). Pola komunikasi pernikahan beda etnis Jawa-Minang. *Jurnal Representamen*, 8(2), 55–69.
- Dubey, A., Kumar, R., & Srivastava, A. (2026). Antecedents and consequences of silent treatment in close adult relationships. *Systematic Review*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1659694>
- Harahap, A. H., & Murhayati, S. (2025). Fenomenologi dan hermaneutika. *Indonesian Journal of Elementary Education (IJETE)*, 1(2), 371–375.
- Hartoyo, A. A., Rohmah, A. N., Juwita, R., & Ramdani, A. (2026). Silent treatment sebagai bentuk komunikasi yang tidak efektif dalam hubungan toxic relationship. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 5(12), 13095–13104.
- Irawati, S. A. (2025). Silent treatment dalam pernikahan serta dampaknya bagi kesehatan mental serta aspek kekerasan psikis. *PERFECTO: Jurnal Ilmu Hukum*, 03(2), 1–10.
- Kusumawati, T. I. (2019). Komunikasi verbal dan nonverbal. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 6(2).
- Kusumaningsih, L. P. S. (2024). Kekerasan dalam rumah tangga dan kesejahteraan psikologis istri dalam perspektif Islam. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 7(2), 57–65.
- Lestari, E., Hayati, S., & Zubair, A. G. H. (2025). Silent treatment pada dewasa awal yang berpacaran. *Jurnal Psikologi Karakter*, 5(1), 66–71.
- Mikraj et al. (2026). *AL-MIKRAJ Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 6(1), 2011–2025.
- Nuryana, A., Pawito, P., & Utari, P. (2019). Pengantar metode penelitian kepada suatu pengertian yang mendalam mengenai konsep fenomenologi. *Ensains Journal*, 2(1), 19–24.
- Rahmawati, F., Nofitasari, S., Manab, A., Wahyuningtyas, Y. W., & Razaq, M. K. (2025). Perlindungan hukum bagi korban silent treatment sebagai bentuk kekerasan psikis dalam rumah tangga. *WELFARE STATE Jurnal Hukum*, 4(2), 336–355.
- Safitri, S. N., Lestari, P., Suryawijaya, P. G., & Adzka, N. (2024). Pengaruh kompetensi komunikasi hati terhadap perilaku silent treatment. *Warta: Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 7(2), 166–180.
- Shalatan, R., Tandoko, R., & Agustin, A. D. (2026). Urgensi hukum perilaku silent treatment sebagai kekerasan psikis dalam rumah tangga. *Locus Journal of Academic Literature Review*, 5(1), 86–98.
- Sukma, A. N., Salim, R. F., & Rachaju, R. D. K. (2025). Realitas silent treatment dalam hubungan interpersonal berpacaran pada perempuan dewasa muda. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 4(11), 3039–3045.
- Wright, C. N., & Roloff, M. E. (2009). Relational commitment and the silent treatment. *Communication Research Reports*, 26(1), 12–21.