

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Komunikasi non-verbal memiliki peran penting dalam membantu memahami isi pesan. Namun, saat *silent treatment* terjadi komunikasi non-verbal juga dapat dijadikan sebagai alat yang kuat dalam menyampaikan pesan atau mengekspresikan emosi, terutama ketika kata-kata tidak dapat diucapkan. Dominasi komunikasi non-verbal memainkan peran sentral dan menjadi faktor kunci dalam menentukan kesuksesan atau kegagalan komunikasi (Burgoon, Guerrero, & Manusov, 2016). Situasi *silent treatment* dimana komunikasi verbal sedikit atau bahkan tidak ada, pemahaman tentang ekspresi wajah, gerakan tubuh, dan bahasa tubuh lainnya menjadi krusial.

*Silent treatment* secara umum diartikan sebagai upaya seseorang untuk tetap diam dan memberikan respon minimal kepada orang lain. Menurut Williams dalam (Agarwal & Prakash, 2022) *silent treatment* adalah situasi ketika salah satu pasangan secara sengaja mengabaikan atau tidak berbicara pada pasangan lainnya dalam jangka waktu tertentu. Hal ini dapat terjadi karena reaksi terhadap konflik, ketidaksepakatan, atau ketegangan dalam hubungan. Bentuk *silent treatment* biasanya ditampilkan sebagai sikap menyendiri dan menghindari konfrontasi langsung. *Silent treatment* ditandai dengan berbagai bentuk seperti tidak memberikan kontak mata, membuat usaha untuk tidak peduli, berusaha menghindari semua kontak, dan tidak memberikan respon pertanyaan atau komentar yang diberikan.

Penelitian yang dilakukan oleh Faulkner, Williams *et al.* (1997) menemukan bahwa 75 persen dari warga Amerika menerima *silent treatment* dari orang-orang terdekat mereka, sementara 67 persen dari mereka juga memberikan *silent treatment* kepada orang-orang yang mereka cintai. *Silent treatment* terjadi saat salah satu pasangan menekan yang lainnya dengan permintaan, kritik, atau keluhan, dan pasangan tersebut menanggapi dengan diam dan menjaga jarak secara emosional. Kipling Williams menjelaskan dalam penelitiannya bahwa mengucilkan

dan mengabaikan orang lain, seperti *silent treatment* digunakan untuk menghukum atau memanipulasi orang lain yang dapat memberikan rasa sakit yang sama saat kita mengalami cedera fisik. Rasa sakit yang muncul awalnya tetap sama, terlepas dari siapa pengucilannya dilakukan, baik oleh orang asing, teman dekat, musuh, dan pasangan (Hey Sigmund, 2023).

Hasil analisis Paul Schrodtt, seorang Profesor Studi Komunikasi yang meninjau 74 studi hubungan dengan lebih dari 14,000 partisipan memperlihatkan bahwa tindakan *silent treatment* berdampak negatif secara signifikan pada hubungan asmara. *Silent treatment* ini menurunkan kepuasan hubungan bagi kedua pasangan, mengurangi perasaan kedekatan, dan mengurangi kemampuan untuk berkomunikasi secara sehat dan bermakna. Berdasarkan dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku *silent treatment* dalam suatu hubungan memiliki dampak yang signifikan pada kesejahteraan psikologis individu. Perasaan tidak diakui, kebingungan, dan rasa tidak aman yang diakibatkan oleh perilaku ini dapat menyebabkan stres emosional yang berkepanjangan (Hey Sigmund, 2023; Schrodtt).

Dampak emosional yang merugikan dari perilaku *silent treatment* juga memengaruhi cara individu berinteraksi secara nonverbal. Misalnya, ekspresi wajah yang tegang, bahasa tubuh yang tertutup, atau bahkan kontak mata yang dihindari dapat menjadi ciri dari seseorang yang mengalami tekanan emosional akibat tindakan ini. Komunikasi nonverbal yang terganggu tersebut seringkali menjadi pertanda dari ketidakseimbangan hubungan dan memberikan tambahan pada kesulitan yang dirasakan oleh individu yang menjadi sasaran perilaku tersebut. Komunikasi nonverbal memiliki peran signifikan dalam dinamika hubungan interpersonal, baik secara positif maupun negatif (Andersen, 1999).

Pesan-pesan nonverbal yang dikirim dan diterima oleh individu dapat memengaruhi hubungan sosial, membawa individu lebih dekat atau justru menjauhkannya. Contohnya, tanda ikatan (*tie signs*), perilaku keintiman sehari-hari, dan ekspresi emosi adalah representasi nyata bagaimana komunikasi nonverbal memiliki dampak yang cukup kuat pada hubungan manusia. Tanda ikatan mengacu pada isyarat nonverbal yang mengomunikasikan kedekatan dan

mengindikasikan hubungan erat antara dua individu. Isyarat ini bisa berupa objek seperti cincin pernikahan atau tato yang melambangkan ikatan dengan individu lain atau hubungan itu sendiri. Perilaku keintiman, seperti senyuman dan kontak mata, mengurangi jarak antar individu. Komunikasi verbal sering dijadikan sebagai alat utama untuk memecahkan masalah dan memberikan instruksi rinci, sedangkan komunikasi nonverbal dijadikan alat untuk menyampaikan emosi (Andersen, 1999). Maka dari itu, pemahaman yang mendalam terhadap komunikasi nonverbal memperkaya dan memperkuat hubungan interpersonal.

Menurut Kusumawati (2016) komunikasi nonverbal merupakan komunikasi dimana pesannya disampaikan tanpa menggunakan kata-kata. Komunikasi non-verbal menggunakan metode lain, seperti bahasa tubuh, ekspresi wajah, gestur, dan gerakan tubuh lainnya. Sedangkan, komunikasi verbal melibatkan penggunaan kata-kata, baik dalam bentuk tulisan maupun lisan. Biasanya, jenis komunikasi mendominasi dalam interaksi antar individu, digunakan untuk mengekspresikan perasaan, emosi, ide, pandangan, fakta, data, dan informasi, serta untuk berbincang, berdebat dan berdiskusi secara verbal. Pada dasarnya komunikasi verbal dan non-verbal saling berikatan dan menyempurnakan satu sama lain.

Biasanya komunikasi verbal dilakukan secara bersamaan dengan komunikasi non-verbal. Contoh, pada saat kita merasa marah dan dipenuhi emosi negatif, kita cenderung untuk berbicara lebih cepat dengan intonasi nada tinggi. Tanpa kita sadari tubuh kita akan memberi tanda pada lawan bicara tentang apa yang sedang kita rasakan. Semua komponen ini, baik komunikasi verbal dan non-verbal, saling bekerja sama untuk menyampaikan apa yang sedang kita rasakan kepada orang lain tanpa harus menjelaskannya secara spesifik. Contoh ini adalah bukti nyata bagaimana kedua bentuk komunikasi tersebut dapat saling berkaitan dan menyempurnakan satu sama lain untuk menyampaikan suatu pesan yang lebih kuat dan jelas. Komunikasi verbal dan non-verbal merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan, yang artinya kedua komunikasi tersebut saling bekerja sama untuk menghasilkan arti tertentu (Kurniati, 2016).

Keterkaitan erat antara komunikasi verbal dan nonverbal telah menjadi subjek penelitian yang menarik dalam berbagai konteks. Penelitian sebelumnya, seperti

yang dilakukan oleh Agus Aprianti pada tahun 2017 berjudul “Perilaku Komunikasi Verbal dan Nonverbal Pecinta Kereta Api (Studi Pada Komunitas Edan Sepur Indonesia)” dijelaskan bahwa komunikasi nonverbal dalam komunitas pecinta kereta api memiliki peran kunci dalam memperluas pengetahuan dan keikutsertaan anggota dalam komunitas tersebut. Informan pada penelitian ini menggunakan komunikasi verbal maupun nonverbal untuk menjalin korelasi dengan sesama anggota komunitas mereka. Terdapat penggunaan kata-kata atau istilah yang diambil dari bahasa perkeretaapian yang hanya dipahami oleh individu yang berbagi hobi dalam komunitas yang sama. Selain itu, komunikasi nonverbal juga memiliki peran penting dalam mendukung bahasa verbal, melalui ekspresi wajah, gerakan tubuh, isyarat, dan simbol-simbol khusus yang digunakan untuk menyampaikan pesan dan emosi yang lebih mendalam dalam konteks hobi mereka.

Penelitian tersebut memberikan kesimpulan bahwa komunikasi verbal dan nonverbal pada komunitas pecinta kereta api bukan sekadar menjadi medium pertukaran informasi, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun identitas, solidaritas, dan keterikatan sosial di antara anggota komunitas tersebut. Komunikasi ini memungkinkan anggota untuk merasa lebih terhubung dan terlibat dalam hobi mereka, serta memperkuat hubungan sosial di antara mereka. Sangat penting untuk diingat bahwa penelitian ini memberikan gambaran yang jelas mengenai bagaimana komunikasi nonverbal berperan dalam memperkuat identitas dan ikatan sosial dalam komunitas pecinta kereta api.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rittenour *et al.* (2018) yang berjudul “*Socializing the Silent Treatment: Parent and Adult Child Communicated Displeasure, Identification, and Satisfaction*” memfokuskan pada peran dan penyebaran *silent treatment* dalam lingkup keluarga. Penelitian ini memberikan hasil bahwa perilaku *silent treatment* yang dilaporkan oleh 182 partisipan anak dewasa berhubungan negatif dengan harga diri mereka, serta kepuasan yang mereka rasakan terhadap orang tua mereka juga berhubungan negatif dengan *silent treatment* dari orang tua. Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *silent treatment* dalam konteks keluarga dapat memiliki implikasi psikologis yang

signifikan pada anak dewasa, baik dalam hal harga diri maupun hubungan dan komunikasi dengan orang tua mereka.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Williams, Shore, Grahe (1998) dalam penelitian berjudul “*The Silent Treatment: Perceptions of Its Behaviors and Associated Feelings*” menyoroti pada persepsi perilaku dan perasaan yang terkait dengan *silent treatment*. Mereka menginvestigasi penggunaan *silent treatment* digunakan dalam berbagai situasi, termasuk oleh anak-anak, guru, anggota keluarga, rekan kerja, dan pasangan romantis. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat banyak perilaku yang dapat menunjukkan *silent treatment*, dan perilaku ini memengaruhi kebutuhan dasar manusia, seperti hubungan sosial, harga diri, atau perasaan makna dalam kehidupan. Penelitian ini juga memusatkan pada pentingnya mempertimbangkan peran kelompok narasumber dalam *silent treatment*, terutama dalam konteks keluarga dan lingkungan kerja. *Silent treatment* yang berasal dari rekan kerja dan anggota keluarga, dapat memiliki dampak yang unik pada cara targetnya memandang diri mereka sendiri dan identitas sosial mereka.

Menurut Christy (2022) *silent treatment* termasuk ke dalam kekerasan emosional. Lalu, di samping itu terdapat temuan bahwa 35% dari mahasiswa di Amerika Serikat mengalami kekerasan emosional dari kekasihnya selama masa perkuliahan, sebagaimana diungkapkan dalam penelitian oleh Spadine *et al.* (2020). Sejalan dengan fenomena yang ditemukan oleh peneliti di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, peneliti mengamati bahwa *silent treatment* tampaknya menjadi salah satu cara yang sering digunakan untuk menyelesaikan konflik dalam hubungan pacaran. Beberapa contoh fenomena yang diamati adalah seorang mahasiswa yang memilih untuk tidak berbicara dengan pasangannya selama beberapa hari selama sedang terjadi konflik, ia mengekspresikan kekecewaannya dengan mengabaikan pesan singkat dan bersikap ketus pada pasangannya.

Hal ini mengindikasikan bahwa masalah kekerasan emosional mungkin juga terjadi di kalangan mahasiswa, termasuk pada mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Angkatan 2020 Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Maka dari itu, hal ini memberikan landasan yang krusial dalam mempertimbangkan adanya

fenomena *silent treatment* di kalangan mahasiswa, yang dapat menjadi bagian dari pola kekerasan emosional dalam hubungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi keberadaan *silent treatment* pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dan bagaimana komunikasi non-verbal memainkan peran dalam dinamika hubungan yang mengalami situasi tersebut.

## **1.2. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi dan memahami secara mendalam makna komunikasi nonverbal dalam hubungan pacaran yang mengalami *silent treatment* pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

## **1.3. Pertanyaan Penelitian**

Sejalan dengan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, pertanyaan penelitian yang muncul dalam penelitian ini adalah: bagaimana komunikasi nonverbal dipahami dan diinterpretasikan oleh pasangan selama *silent treatment*?

## **1.4. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis dan memahami cara pasangan menginterpretasikan komunikasi nonverbal selama periode *silent treatment*.

## **1.5. Kegunaan Penelitian**

### **1.5.1. Kegunaan Praktis**

Kegunaan praktis yang diharapkan dari penelitian ini meliputi:

1. Pemahaman yang lebih dalam tentang bagaimana komunikasi nonverbal diinterpretasikan dan diberi makna oleh pasangan pacaran yang mengalami *silent treatment*. Ini termasuk pemahaman tentang pesan-pesan yang terkandung dalam komunikasi nonverbal. Ini akan membantu pasangan yang

mengalami *silent treatment* untuk lebih memahami aspek-aspek komunikasi nonverbal yang muncul selama periode tersebut.

2. Pemahaman yang lebih baik tentang pengaruh komunikasi nonverbal terhadap konflik dalam hubungan. Pasangan dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana komunikasi nonverbal memengaruhi konflik dan cara mengelolanya dengan lebih baik.
3. Meningkatkan kemampuan pasangan untuk menjalin komunikasi yang lebih efektif. Dengan pemahaman yang lebih dalam tentang komunikasi nonverbal selama *silent treatment*, pasangan dapat memperbaiki cara mereka berkomunikasi dan berinteraksi dalam hubungan pacaran.

### **1.5.2. Kegunaan Teoretis**

Kegunaan teoretis yang diharapkan dari penelitian ini meliputi:

1. Mengembangkan pemahaman teoretis yang lebih mendalam tentang peran komunikasi nonverbal dalam hubungan pasangan pacaran, khususnya dalam konteks *silent treatment*.
2. Memberikan dasar untuk penelitian lebih lanjut dalam bidang komunikasi nonverbal dan hubungan pasangan pacaran. Hasil penelitian ini dapat menjadi titik awal bagi penelitian lanjutan yang lebih mendalam tentang komunikasi verbal dalam situasi *silent treatment*.
3. Mendorong pemikiran teoretis tentang konsep *silent treatment* dalam konteks komunikasi nonverbal. Penelitian ini dapat membantu memperluas pemahaman tentang *silent treatment* sebagai fenomena dalam hubungan pasangan pacaran dan bagaimana komunikasi nonverbal memainkan peran dalamnya.