

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Fenomena *silent treatment* ini biasa ditemui pada suatu hubungan pertemanan maupun hubungan romantis, sebagai contoh saat memiliki masalah dan perlu adanya komunikasi agar terselesaikan, suatu individu melakukan tindakan diam tanpa ada respon, terkadang suatu individu berpendapat bahwa mereka biasa memendam perasaan atau emosi didalamnya agar tidak dilampiaskan kepada seseorang atau menghindari konfrontasi, namun tanpa disadari bentuk diam ini pada sebuah respon konflik dapat berdampak negatif (James Altucher dan Claudia Azula Altucher, 2014). Menurut James silent treatment atau terbiasa mengabaikan seseorang adalah cara terburuk dalam menghadapi masalah, dengan melakukan silent treatment bukannya masalah kunjung selesai, bisa saja masalah tersebut semakin menumpuk dan memperburuk situasi dan komunikasi pada suatu hubungan.

Silent treatment merupakan perilaku dimana suatu individu menarik komunikasi dengan individu lain sebagai respon terhadap suatu situasi, dalam komunikasi interpersonal tindakan ini biasa dilakukan agar menghindari konflik atau perdebatan dengan seseorang, Tindakan silent treatment ini berawal dari suatu hukuman yang ditujukan untuk narapidana pada tahun 1835, hukuman tersebut dilakukan dengan menutupi wajah para narapidana dan melarang mereka berbicara, dengan begitu keberadaan mereka diabaikan, tentu dengan adanya tindakan tersebut narapidana merasa tertekan akan kepercayaan dirinya masing-masing, sampai pada akhirnya silent treatment juga dikenal sebagai penyiksaan tanpa menjelaskan akar masalah (Genta Petra, 2023).

Apabila tindakan tersebut dilakukan secara berkala atau dengan waktu yang lama pada hubungan maka korban akan merasa gelisah dan akan bertanya-tanya mengapa hal tersebut dapat terjadi dengannya apakah ada masalah

yang belum terselesaikan atau ada yang salah dengan perilaku individu, sehingga nantinya dari pikiran tersebut akan berpengaruh dengan hal lainnya dimana otak mencatat rasa sakit dan direspon tubuh seperti gangguan tidur, tingkat kecemasan yang berlebihan dan lainnya, maka dari itu tindakan silent treatment tidak selalu benar untuk digunakan dalam suatu hubungan yang nantinya berpengaruh pada kualitas komunikasi interpersonal mereka, jika perlahan dijelaskan mungkin saja konflik dapat diselesaikan, namun jika tidak terselesaikan dan terus menerus melakukan silent treatment, suatu individu pada komunikasi interpersonal atau keduanya berada di tahap depenetrasi atau disolusi karena adanya pelanggaran aturan pada hubungan (Halodoc, 2023).

Dalam hal ini komunikasi merupakan salah satu elemen penting di kehidupan sehari-hari yang kita gunakan untuk bersosialisasi dengan proses pertukaran pesan antara individu atau kelompok yang menciptakan pemahaman bersama, komunikasi tidak hanya dilakukan secara verbal, menunjukkan bahasa tubuh serta ekspresi wajah juga dapat dinilai sebagai bentuk komunikasi nonverbal sehingga penerima pesan dapat memaknai informasi yang diberikan oleh pengirim (Onong Uchjana Effendy, 2008) tidak hanya berfungsi sebagai sarana pertukaran informasi, komunikasi juga berperan penting untuk membangun hubungan dengan orang sekitar untuk memahami lebih jauh dan bagaimana hubungan itu dapat berkembang.

Terdapat transisi untuk melihat bagaimana proses interaksi berkembang dengan pertukaran informasi yang lebih luas, menurut (Joseph A.DeVito, 2019) komunikasi interpersonal yang akan menandakan pergeseran pesan yang dilakukan secara langsung dalam mengekspresikan perasaan untuk mempererat ikatan emosional pada individu dan pemahaman mendalam, sebuah hubungan juga dapat dimulai dengan adanya komunikasi interpersonal yang mencakup berbagai aspek sehingga keterbukaan dan kejujuran dalam penyampaian informasi dapat berjalan dengan baik dan keselarasan dapat terbentuk melalui aspek nonverbal untuk menjadi dasar kenyamanan berbicara satu sama lain dan menumbuhkan rasa percaya.

Menurut Lase dalam Ezeokonkwo (2023) komunikasi atau hubungan interpersonal juga memiliki beberapa tujuan seperti mengekspresikan ketertarikan dalam berkomunikasi pada orang lain, mengetahui diri sendiri, memperoleh informasi penting, memelihara hubungan yang positif dengan orang lain ataupun untuk berubah sikap dan perilaku seseorang, tentu dengan beberapa tujuan tadi, komunikasi interpersonal dapat dinyatakan efektif karena individu sudah melewati beberapa proses dasar untuk mengenal satu sama lain dan hubungan antar individu berjalan dengan baik, namun terdapat level lebih dalam lagi untuk membahas bagaimana hubungan itu berkembang menjadi lebih intens salah satunya adalah teori penetrasi sosial.

Teori penetrasi sosial menggambarkan bagaimana pola perkembangan hubungan menuju komunikasi intim, pada tahap ini individu dapat memahami pesan lebih baik lagi karena topik obrolan dengan pengungkapan informasi mereka lebih terbuka dan mudah mengerti pesan yang disampaikan walaupun secara nonverbal (Richard West dan Lynn H. Turner, 2010) yang memberi ikatan seperti pertemanan, hubungan romantis dan lainnya, diibaratkan dengan bawang merah yang memiliki beberapa lapisan yang dapat kita kupas satu-persatu untuk melihat lapisan terakhir didalamnya, begitupun manusia yang memiliki lapisan kepribadian mengenai diri mereka masing-masing.

Pada konteks hubungan/komunikasi interpersonal fenomena silent treatment tidak hanya mencerminkan sebuah tindakan menghindari konflik, tetapi juga berfungsi sebagai indikator dinamika yang lebih kompleks dalam interaksi sosial, ketika satu individu memilih untuk menerapkan silent treatment ini akan memicu serangan reaksi emosional individu lainnya bagaimana komunikasi dan keintiman dalam hubungan tersebut berubah jadi sebaliknya dengan melihat diagram pada dinamika hubungan komunikasi interpersonal, kita dapat melihat bagaimana suatu hubungan dapat berkembang dan mengalami penurunan mulai dari tahap memiliki perbedaan yaitu differentiating, circumscribing, stagnating, avoiding, dan terminating (Richard West dan Lynn H. Turner, 2010).

Penelitian ini akan dilaksanakan di lingkungan Universitas Telkom pemilihan lokasi ini didasarkan pada beberapa pertimbangan, khususnya pada mahasiswa Universitas Telkom dan menurut tercatat pada website

Webometrics Universitas Telkom menempati posisi pertama sebagai Universitas swasta terbaik di Indonesia, memiliki akreditasi yang unggul dan banyaknya sarana dan prasarana yang mendukung pengembangan diri bagi mahasiswa. Kampus ini sudah terkenal sebagai kampus yang kaya akan keberagaman budaya. Mahasiswa di Telkom University berasal dari latar belakang yang beragam dan mengikuti adat istiadat budaya dan agama yang berbeda-beda. Telkom University menjadi wadah berkumpulnya mahasiswa dari berbagai penjuru Indonesia (Adnan, 2023) sebanyak 36.898 mahasiswa terdaftar di Telkom University, menurut data website ([telkomuniversity.ac.id](http://telkomuniversity.ac.id)) karena keberagaman tersebut, bahasa daerah yang berbeda-beda sering digunakan dalam percakapan santai antar mahasiswa di kampus.

Sebagai individu yang berada dalam fase transisi kehidupan seringkali menghadapi berbagai dinamika sosial yang kompleks, termasuk dalam dinamika hubungan persahabatan. Dengan banyaknya mahasiswa dari berbagai daerah di Universitas Telkom, situasi ini menjadi relevan mengingat tingginya intensitas interaksi sosial di lingkungan kampus, dimana komunikasi yang efektif sangat penting untuk membangun jaringan dukungan dan kolaborasi akademis.

Tidak hanya budaya dari berbagai daerah yang menjadi keputusan untuk menentukan objek penelitian ini, terdapat faktor lain yaitu gender, dalam hal ini peneliti juga melihat banyaknya pertemanan yang dihasilkan dari komunikasi dengan gender lain, peneliti ingin menilai bagaimana cara pandang atau berpikir suatu gender itu juga dalam merespon silent treatment dilansir oleh website [medcom.id](http://medcom.id) yang mengemukakan perbedaan gender laki-laki dan wanita dalam merespon sesuatu, termasuk bagaimana cara mereka berkomunikasi, laki-laki cenderung menggunakan logika sehingga ketika menyelesaikan masalah mereka merasa perlu waktu untuk berpikir hingga tenang lalu berbicara tentang apa yang ia rasakan, berbeda dengan wanita, wanita cenderung menggunakan perasaan dalam menyelesaikan masalah, mereka merasa sesuatu masalah perlu diselesaikan dengan secepat mungkin agar tidak menumpuk dan menambah masalah baru daripada menoleransi rasa sakit yang berulang, meskipun miskomunikasi suatu hal yang wajar sebagai respon terhadap sebuah konflik atau ketidakpuasan yang

berujung pada silent treatment ini, maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana silent treatment ini dapat mengurangi kualitas komunikasi interpersonal dan bagaimana mereka merespon jika terkena tindakan silent treatment yang dilakukan oleh orang yang dekat dengannya, serta dampaknya terhadap kesejahteraan emosional, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang mendalam mengenai hubungan sosial yang sehat dan konstruktif di lingkungan akademik.

Terdapat beberapa penelitian sejenis mengenai silent treatment, komunikasi interpersonal, penetrasi sosial, serta kecerdasan emosi yang dimiliki suatu individu, sebelumnya terdapat penelitian yang menjelaskan berbahayanya dampak dari silent treatment itu sendiri pada seseorang (Istibsarotul Amalia, 2022) , Paul Schrodt, PhD, yang merupakan profesor ilmu komunikasi meninjau 74 studi hubungan yang melibatkan 14.000 peserta bahwa perlakuan diam sangat merusak sebuah hubungan dan mengurangi kemampuan bagaimana mereka berkomunikasi dengan cara yang baik, sehat serta bermakna, kemudian terdapat penelitian mengenai kecerdasan emosional pada sikap toleransi (Shofiq Ghorbal, 2022) pada penelitian tersebut menjelaskan bagaimana sikap toleransi dapat terbentuk dengan peran teman sebaya, sebagai contoh persahabatan (Rydgren et al., 2013) membahas jika individu memiliki kecerdasan emosional yang tinggi atau bagus maka seseorang tersebut semakin bijak dalam mengelola hati dan diri.

Kemudian terdapat penelitian yang membahas mengenai keterbukaan diri Justicia (Justicia Chantika Dhea Arda & Nofha Rina, 2022). Pada penelitian ini menjelaskan bagaimana proses keterbukaan diri yang dilakukan mahasiswa yang menumbuhkan hubungan relasional seperti kepercayaan dan komitmen untuk berhubungan satu sama lain, terakhir terdapat penelitian yang membahas putusnya hubungan persahabatan Thomas H (2021) yang memaparkan bagaimana proses berkurangnya kualitas dan kedekatan seorang teman di masa dewasa, terkadang semakin besar kedekatan dan keintiman sebuah hubungan persahabatan juga dapat menimbulkan konflik yang berkepanjangan hingga ke tahap perpisahan. Dari beberapa penelitian sebelumnya yang sudah dijelaskan, sumber tersebut sangat berguna bagi peneliti untuk menentukan langkah lanjut tentang komunikasi

interpersonal pertemanan, namun beberapa sumber masih berfokus tentang efek silent treatment awal, komunikasi interpersonal pada sikap toleransi, perpisahan sahabat, dan penerapan teori penetrasi sosial untuk tahap membuka diri dalam memulai suatu hubungan pertemanan.

Peneliti telah melakukan wawancara pada salah satu narasumber yaitu NMCM, pada narasumber ini ditemukan masalah komunikasi yang terjadi dengan teman dekatnya, masalah komunikasi yang muncul antara NMCM dan temannya sangat relevan untuk dianalisis, terutama terkait dengan fenomena silent treatment. NMCM menjelaskan bahwa hubungan mereka awalnya sangat dekat, di mana mereka sering berbagi cerita dan saling mendukung dalam situasi sulit, seperti saat NMCM mengalami kegagalan dalam seleksi klub. Namun, perubahan sikap temannya yang tiba-tiba, di mana dia mulai memberikan silent treatment, menciptakan kebingungan dan ketidakpastian bagi NMCM, hal ini menunjukkan bahwa meskipun hubungan mereka tampak stabil, ada faktor-faktor yang tidak terungkap yang dapat memicu perubahan dalam komunikasi, seperti insiden peminjaman mobil dan ketidakpercayaan yang muncul terkait informasi dalam himpunan, karena tidak hanya mempengaruhi hubungan interpersonal mereka, tetapi juga berdampak pada kesehatan emosional NMCM, perasaan bingung dan sedih yang dialaminya mencerminkan bagaimana pengabaian sosial dapat menyebabkan stres dan kecemasan, yang telah dibuktikan dalam penelitian sebelumnya (Williams, 2007). Selain itu, NMCM merasa terjebak dalam situasi di mana dia tidak tahu harus berbuat apa, yang menunjukkan kurangnya keterampilan komunikasi yang efektif untuk mengatasi konflik.

Oleh karena itu penelitian ini perlu untuk diteliti lebih dalam mengenai silent treatment yang dapat memecah suatu hubungan dan berkurangan kualitas komunikasi interpersonal pada hubungan persahabatan bagaimana kesadaran mereka akan adanya tindakan silent treatment ini, karena kebanyakan orang belum menyadari dan mengira bahwa teman mereka hanya membutuhkan waktu untuk berpikir, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menemukan pemahaman tentang penyebab dari tindakan silent treatment dan dampaknya terhadap kualitas komunikasi seperti kepercayaan, keintiman emosional, kemudian implikasi terhadap teori penetrasi sosial, karena dengan adanya silent treatment ini proses

pengungkapan diri dan kedekatan emosional akan terhalang, peneliti juga berharap dapat memberikan saran untuk pembaca ataupun penelitian selanjutnya dalam mengelola komunikasi yang lebih efektif pada hubungan persahabatan.

Dalam hubungan persahabatan, silent treatment adalah fenomena komunikasi yang umum. Pengabaian atau ketidakberdayaan untuk berkomunikasi dapat berdampak buruk. Setelah menganalisis komunikasi dalam konteks ini, langkah selanjutnya adalah menemukan sumber konflik yang menyebabkan perawatan suara untuk mencegah situasi serupa terulang. Individu perlu merasa aman untuk mengungkapkan perasaan mereka melalui komunikasi yang terbuka dan empatik. Hubungan juga perlu dibangun kembali untuk memenuhi kebutuhan emosional dan sosial melalui komunikasi dan evaluasi hubungan, Dengan melakukan tindakan seperti ini, orang dapat menghindari efek negatif dari silent treatment dan memperkuat ikatan persahabatan. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan untuk memberikan wawasan dan solusi praktis untuk meningkatkan kualitas komunikasi dalam persahabatan.

Dengan begitu juga peneliti telah menentukan bahwa kriteria yang dibutuhkan pada penelitian ini membutuhkan informan yang dimana memiliki pengalaman langsung dengan silent treatment dalam hubungan persahabatan mereka, kemudian informan dapat dipilih karena usia atau durasi persahabatan mereka, hal ini dapat membantu penelitian memahami bagaimana silent treatment bervariasi tergantung pada usia dan lama hubungan (Furman & Shaffer, 2003), keterbukaan informan dalam bercerita juga diperlukan pada penelitian ini untuk memahami bagaimana masalah ini berlangsung dengan mendapatkan data yang kaya dan mendalam.

Peneliti akan menggunakan metode kualitatif untuk memperoleh data yang mendalam mengenai fenomena silent treatment dalam hubungan persahabatan guna menggali perspektif individu yang memiliki pengalaman dan merasakan silent treatment, dalam mengumpulkan data peneliti akan mewawancarai narasumber (in-depth interviews) dengan individu yang terlibat dalam hubungan persahabatan yang pernah mengalami atau melakukan silent treatment dari perspektif pria dan wanita mahasiswa Universitas Telkom yang difokuskan bagaimana persepsi mereka pada tindakan tersebut serta dampaknya untuk

mengamati tingkat kedalaman komunikasi mereka yang kemudian menjadi depenetrasi. Demikian penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bagaimana silent treatment mempengaruhi kualitas komunikasi interpersonal dalam hubungan persahabatan , serta dampak terhadap kedekatan dan penyebaran diri dari sudut pandang teori penetrasi sosial.

## **1.2. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisis kualitas komunikasi interpersonal hubungan persahabatan pasca terjadinya *silent treatment* di Universitas Telkom Bandung.

## **1.3. Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana perubahan dalam tingkat kedalaman komunikasi interpersonal terjadi dalam hubungan persahabatan setelah mengalami silent treatment?
2. Apa dampak dari silent treatment terhadap kepercayaan dan keterbukaan dalam komunikasi interpersonal di antara teman-teman yang bersahabat?

## **1.4. Kegunaan Penelitian**

### **A. Manfaat Teoritis**

Menambah wawasan dan pemahaman mengenai dinamika hubungan komunikasi interpersonal pada persahabatan, khususnya pengaruh dari silent treatment ini sendiri, diharapkan hasil dari penelitian ini nantinya dapat berguna menjadi referensi bagi penelitian bidang psikologi dan komunikasi.

### **B. Manfaat Praktis**

Memberikan informasi yang berguna pada individu dalam mengelola hubungan persahabatan mereka, dengan memahami bagaimana silent treatment itu berpengaruh pada komunikasi interpersonal mereka individu dapat lebih bijaksana dalam komunikasi dengan kecerdasan emosi yang baik agar terhindar dari konflik yang dapat merugikan mereka.

## 1.5. Waktu dan Periode Penelitian

Tabel 1.1 Waktu Penelitian

N o.	Keterangan	O KT	NO V	DE S	JA N	FE B	MA R	AP R	M EI	JU N	JU L
1.	Pengajuan Judul										
2.	Penyusunan Proposal										
3.	Seminar Proposal										
4.	Pengumpulan Data										
5.	Pengolahan dan Analisis data										
6.	Sidang Skripsi										

Sumber: Olahan Peneliti. 2025