

POLA KOMUNIKASI DALAM PERKAWINAN YANG BERTAHAN LAMA: STUDI FENOMENOLOGIS

Imanudin¹, Ahmad Sanusi², Sayehu³

^{1,2,3}UIN Sultan Maulana Hasanudin Banten

imanudin@uinbanten.ac.id¹, ahmadsanusi@uinbanten.ac.id², sayehu@uinbanten.ac.id³

Abstract

This study aims to explore the communication patterns applied by couples in long-lasting and harmonious marriages. With a phenomenological study approach, this study focuses on the subjective experiences of couples who have been married for more than 20 years. Data were collected through in-depth interviews with 3 couples selected purposively, and analyzed using thematic analysis methods. The results of the study revealed that effective communication patterns, such as openness, empathy, and the ability to resolve conflicts constructively, are the main keys to maintaining marital harmony. In addition, consistency in expressing affection and active listening skills also play an important role in strengthening the emotional bond between couples. These findings provide valuable insights into how healthy communication can be the foundation for a long-lasting marriage, as well as recommendations for couples who want to strengthen their relationship. This study contributes to the literature on communication dynamics in marriage and offers a practical perspective for marriage counseling.

Keywords: *Communication Patterns, Long-Lasting Marriage, Phenomenological Study, Marital Harmony, Conflict Resolution.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pola komunikasi yang diterapkan oleh pasangan dalam perkawinan yang bertahan lama dan harmonis. Dengan pendekatan studi fenomenologis, penelitian ini berfokus pada pengalaman subjektif pasangan yang telah menikah selama lebih dari 20 tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan 3 pasangan yang dipilih secara purposif, dan dianalisis menggunakan metode analisis tematik. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa pola komunikasi yang efektif, seperti keterbukaan, empati, dan kemampuan menyelesaikan konflik secara konstruktif, menjadi kunci utama dalam mempertahankan keharmonisan perkawinan. Selain itu, konsistensi dalam mengekspresikan kasih sayang dan keterampilan mendengarkan aktif juga berperan penting dalam memperkuat ikatan emosional antara pasangan. Temuan ini memberikan wawasan berharga tentang bagaimana komunikasi yang sehat dapat menjadi fondasi bagi perkawinan yang bertahan lama, serta rekomendasi bagi pasangan yang ingin memperkuat hubungan mereka. Penelitian ini berkontribusi pada literatur tentang dinamika komunikasi dalam perkawinan dan menawarkan perspektif praktis bagi konseling perkawinan.

Kata Kunci: Pola Komunikasi, Perkawinan Bertahan Lama, Studi Fenomenologis, Keharmonisan Perkawinan, Resolusi Konflik.

I. PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan fondasi utama dalam membangun dan mempertahankan hubungan perkawinan yang harmonis. Tanpa komunikasi yang efektif, pasangan dapat mengalami kesalahpahaman, konflik, dan ketidakpuasan yang berujung pada perceraian. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa komunikasi yang baik adalah salah satu prediktor terkuat untuk keberhasilan perkawinan.¹ Dalam dinamika perkawinan, pasangan sering dihadapkan pada berbagai tantangan, seperti perbedaan kepribadian, tekanan finansial, atau konflik keluarga.² Tantangan ini dapat menghambat komunikasi jika tidak dikelola dengan baik. Studi menunjukkan bahwa pola komunikasi yang buruk, seperti menghindari konflik atau komunikasi yang agresif, dapat merusak hubungan jangka panjang.

Perkawinan yang bertahan lama (misalnya, lebih dari 20-30 tahun) sering dianggap sebagai keberhasilan yang luar biasa dalam hubungan interpersonal.³ Pasangan yang mampu mempertahankan perkawinan mereka dalam jangka panjang biasanya memiliki pola komunikasi yang khas yang membantu mereka mengatasi tantangan dan menjaga keharmonisan.⁴ Pola komunikasi dalam perkawinan tidak dapat dipisahkan dari konteks sosial dan budaya. Misalnya, dalam budaya kolektif, komunikasi mungkin lebih dipengaruhi oleh nilai-nilai keluarga besar, sementara dalam budaya individualis, komunikasi lebih fokus pada kebutuhan pribadi pasangan. Memahami pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama dapat memberikan wawasan tentang bagaimana nilai-nilai budaya memengaruhi dinamika hubungan.⁵

Meskipun banyak penelitian telah membahas komunikasi dalam perkawinan, masih sedikit studi yang fokus pada pola komunikasi spesifik yang digunakan oleh pasangan yang telah menikah dalam jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengeksplorasi secara mendalam bagaimana pasangan tersebut

¹ Hanan Muhajir dkk, "Analisis Qowaidul Fiqhiyah; Solusi terhadap Tantangan Kontemporer dalam Hukum Islam," *Ta'dibiya Jurnal Agama dan Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2023): 81–94.

² Nurhadi Nurhadi, "Undang-Undang No. 1 Tahun 1974 Tentang Pernikahan (Perkawinan) Di Tinjau Dari Maqashid Syariah," *UIR Law Review* 2, no. 2 (2018).

³ Jakariansyah, "Tinjauan Yuridis Akibat Hukum Perkawinan Masyarakat Muslim yang Tidak Tercatat di Kantor Urusan Agama," *Jurnal Hukum Prodi Ilmu Hukum Fakultas Hukum Untan (Jurnal Mahasiswa S1 Fakultas Hukum) Universitas Tanjungpura* 4, No. 3 (2016).

⁴ Ahsan Irodad dan Efi Afifi, "Transformasi Maqosidus Syari'ah; Revitalisasi Qowaidul Fiqhiyah," *Ta'dibiya Jurnal Agama dan Pendidikan Islam* 4, no. 2 (2024): 37–49.

⁵ Syamsuar Syam, "Tradisionalisme Islam Suatu Karakter dan Pola Pengembangan Islam Di Indonesia," *Al Hikmah: Jurnal Dakwah dan Ilmu Komunikasi* (2018): 20–30.

berkomunikasi dan mempertahankan hubungan mereka.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya komunikasi dalam menjaga keharmonisan perkawinan, khususnya dalam konteks hubungan jangka panjang. Dengan menggunakan pendekatan fenomenologis, penelitian ini bertujuan untuk menggali pola komunikasi unik yang digunakan oleh pasangan yang telah menikah dalam waktu lama, serta faktor-faktor yang membuat komunikasi mereka efektif. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan berharga bagi pasangan, konselor perkawinan, dan peneliti di bidang hubungan interpersonal.⁶

Perkawinan yang bertahan lama bukan hanya didasarkan pada komitmen dan perasaan cinta, tetapi juga dipengaruhi oleh pola komunikasi yang efektif antara pasangan. Dalam kehidupan rumah tangga, komunikasi menjadi kunci utama dalam membangun pemahaman, menyelesaikan konflik, serta menjaga keharmonisan jangka panjang.⁷

Dalam Islam, komunikasi dalam perkawinan memiliki prinsip dasar yang berlandaskan *mawaddah* (kasih sayang), *rahmah* (cinta dan kelembutan), serta *musyawarah* dalam pengambilan keputusan. Pasangan yang mampu menjaga komunikasi dengan baik cenderung memiliki hubungan yang lebih stabil dan harmonis, sementara pola komunikasi yang buruk sering kali menjadi pemicu utama ketidakharmonisan dan perceraian.

Dalam era modern, perkembangan teknologi dan media sosial juga memberikan tantangan dan peluang baru dalam komunikasi suami istri. Perubahan pola interaksi, baik secara langsung maupun digital, dapat memengaruhi kualitas hubungan dalam perkawinan. Oleh karena itu, memahami pola komunikasi yang diterapkan oleh pasangan dalam pernikahan yang bertahan lama menjadi aspek penting dalam studi fenomenologis ini.

Rumusan Masalah

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana pasangan yang telah menjalani perkawinan dalam waktu yang lama membangun dan mempertahankan pola komunikasi mereka. Beberapa pertanyaan yang ingin dijawab dalam penelitian ini meliputi:

1. Bagaimana pola komunikasi yang diterapkan dalam perkawinan yang bertahan lama?

⁶ Siti Farida et al., "Integrasi Kecerdasan Holistik Rasulullah SAW Untuk Generasi Muda Berkarakter Di Pendidikan Era Industri 4.0," *Widya Balina* 4, no. 2 (2019).

⁷ Yurik Yang. Dicky Pelupessy, S. S. Budi Hartono, "Kesejahteraan Psikologis dan Rasa Kekomunitasan pada Perempuan Penyintas Bencana Alam yang Mengungsi," *Jurnal Sains Psikologi* 9, no. 1 (n.d.): 46–56.

2. Faktor apa saja yang berkontribusi dalam menjaga komunikasi efektif dalam rumah tangga?
3. Bagaimana pasangan menghadapi tantangan komunikasi dalam perjalanan rumah tangga mereka?

Penelitian ini penting karena dapat memberikan wawasan bagi pasangan suami istri, konselor pernikahan, serta akademisi dalam memahami strategi komunikasi yang efektif dalam rumah tangga. Dengan memahami pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama, diharapkan dapat menjadi referensi dalam membangun keluarga yang harmonis dan langgeng sesuai dengan nilai-nilai agama dan budaya.

II. KAJIAN TEORI

Komunikasi merupakan salah satu faktor utama dalam keberlangsungan dan ketahanan sebuah perkawinan. Pasangan yang mampu membangun komunikasi efektif cenderung memiliki hubungan yang lebih harmonis dan bertahan lama. Dalam konteks perkawinan yang langgeng, pola komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian pesan, tetapi juga sebagai mekanisme penyelesaian konflik, ekspresi kasih sayang, dan penguatan ikatan emosional.⁸

Komunikasi adalah salah satu faktor utama dalam mempertahankan kelanggengan sebuah perkawinan. Studi fenomenologis tentang pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama berupaya memahami pengalaman subjektif pasangan suami istri dalam membangun dan menjaga komunikasi yang efektif.⁹ Secara teoretis, pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama dapat dijelaskan melalui beberapa perspektif, antara lain teori komunikasi interpersonal, teori kohesi keluarga, dan perspektif Islam dalam komunikasi rumah tangga.¹⁰

1. Teori Komunikasi Interpersonal dalam Perkawinan

Teori komunikasi interpersonal menekankan pentingnya interaksi antara individu dalam

⁸ Rafida Ramelan, "Sekufu dalam Konteks Hukum Keluarga Modern," *Tahkim (Jurnal Peradaban dan Hukum Islam)* 4, no. 1 (2021).

⁹ Aat Royhatudin, *Fikih Pemula; Menjadi Mukalaf Yang Beriman dan Berakhlak*, ed. Iiz Izmuiddin (Pandeglang: Staisman Press, 2020).

¹⁰ Muhammad Habibi Miftakhul Marwa, "Model Penyelesaian Perselisihan Perkawinan Perspektif Hukum Adat Dan Hukum Islam," *Jurnal Usm Law Review* 4, No. 2 (2021).

membangun hubungan yang harmonis.¹¹ Dalam konteks perkawinan, beberapa konsep kunci dari teori ini meliputi:

- a. Keterbukaan (*Openness*)
Pasangan yang bertahan lama cenderung memiliki keterbukaan dalam berbicara, mengungkapkan perasaan, harapan, dan kekhawatiran tanpa rasa takut atau malu.
- b. Empati (*Empathy*)
Kemampuan untuk memahami perspektif pasangan dan merespons dengan penuh perhatian dapat meningkatkan kedekatan emosional.
- c. Kepercayaan (*Trust*)
Hubungan yang langgeng dibangun di atas fondasi kepercayaan, di mana pasangan merasa aman untuk berbagi tanpa takut akan pengkhianatan.
- d. Penyelesaian Konflik (*Conflict Resolution*)
Pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama menunjukkan kecenderungan untuk menyelesaikan konflik dengan komunikasi yang asertif dan menghindari pola komunikasi destruktif seperti kritik berlebihan atau penghindaran.

2. Teori Kohesi dan Adaptasi Keluarga (*Family Systems Theory*)

Teori sistem keluarga menekankan bahwa sebuah keluarga, termasuk perkawinan, merupakan sebuah sistem yang saling mempengaruhi.¹² Dalam perkawinan yang bertahan lama, komunikasi yang efektif berfungsi sebagai alat untuk menjaga keseimbangan antara stabilitas dan perubahan.

- a. Kohesi Keluarga
Pasangan yang mampu membangun hubungan emosional yang erat melalui komunikasi akan lebih mampu menghadapi berbagai tantangan dalam rumah tangga.
- b. Adaptasi terhadap Perubahan
Pasangan yang mampu beradaptasi terhadap perubahan dalam siklus kehidupan pernikahan—seperti memiliki anak, masalah ekonomi, atau perubahan karier—cenderung memiliki komunikasi yang lebih fleksibel dan suportif.

¹¹ Suhartono, "Dinamika Hukum Keluarga Islam Di Era Milenial," *Al Mashalih-Journal Of Islamic Law* 1, no. 2 (2018).

¹² Hasballah et.al., "Identifying 'Illat through Munasabah in Islamic Law: A Perspective of Imam Al-Ghazali," *Samarah: Jurnal Hukum Keluarga dan Hukum Islam*, 5, no. 2 (2021): 598–618.

3. Perspektif Islam dalam Komunikasi Perkawinan

Dalam Islam, komunikasi dalam rumah tangga memiliki peran penting dalam membangun keluarga *sakinah, mawaddah, wa rahmah*. Beberapa prinsip utama dalam komunikasi pernikahan menurut Islam meliputi:¹³

a. Musyawarah (Syura)

Islam menganjurkan pasangan untuk berdiskusi dalam pengambilan keputusan yang berdampak pada keluarga dalam Qur'an Surat Asy-Syura: 38, yang artinya (*juga lebih baik dan lebih kekal bagi*) orang-orang yang menerima (mematuhi) seruan Tuhan dan melaksanakan salat, sedangkan urusan mereka (diputuskan) dengan musyawarah di antara mereka. Mereka menginfakkan sebagian dari rezeki yang Kami anugerahkan kepada mereka.

b. Kelembutan dan Kasih Sayang

Komunikasi yang dilandasi kelembutan dan saling menghargai dapat meningkatkan keharmonisan dalam rumah tangga sebagaimana yang termakstub dalam Qur'an Surat Ar-Rum: 21 yang berbunyi "*Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih dan sayang.*"

c. Menjaga Akhlak dalam Berbicara

Islam menekankan pentingnya berkata baik dan menghindari ucapan yang menyakiti pasangan, hal ini tertuang dalam Qur'an Surat Al-Isra: 53 yang berbunyi "*Katakan kepada hamba-hamba-Ku supaya mereka mengucapkan perkataan yang lebih baik (dan benar). Sesungguhnya setan itu selalu menimbulkan perselisihan di antara mereka. Sesungguhnya setan adalah musuh yang nyata bagi manusia*".

4. Pola Komunikasi dalam Perkawinan yang Bertahan Lama (Hasil Studi Fenomenologis)

Studi fenomenologis bertujuan untuk memahami pengalaman subjektif individu terkait dengan fenomena tertentu. Dalam konteks ini, studi fenomenologis tentang pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama akan berfokus pada:

¹³ Novikawati Novikawati et al., "Legalisasi Hukum Nikah Sirri Pada Perkara Isbat Nikah Di Pengadilan Agama Muara Bulian," *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial* 4, no. 1 (2023).

- a. Menggali pengalaman komunikasi dari pasangan yang telah menikah lama.
- b. Mengidentifikasi makna dan interpretasi yang diberikan pasangan terhadap pola komunikasi mereka.
- c. Memahami bagaimana pola komunikasi tersebut berkontribusi pada keberhasilan dan kelanggengan perkawinan.

Dengan menggunakan metode fenomenologis, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang mendalam tentang kompleksitas komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama, serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan hubungan tersebut.

Berdasarkan studi fenomenologis, pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama umumnya memiliki karakteristik berikut:

- a. **Komunikasi Asertif**
Pasangan saling mengungkapkan perasaan dan kebutuhan dengan cara yang jelas, jujur, tetapi tetap menghormati satu sama lain.
- b. **Komunikasi Positif**
Lebih banyak interaksi yang bersifat positif, seperti humor, pujian, dan apresiasi dibandingkan dengan kritik atau keluhan.
- c. **Resolusi Konflik yang Efektif**
Tidak menghindari konflik, tetapi menyelesaikannya dengan diskusi terbuka dan kesediaan untuk memahami perspektif pasangan.
- d. **Komunikasi Religius**
Pasangan yang bertahan lama sering mengaitkan komunikasi mereka dengan nilai-nilai keagamaan, seperti doa bersama, diskusi tentang nilai-nilai Islam, serta mengutamakan kesabaran dan pengertian.
- e. **Komunikasi Non-Verbal yang Kuat**: Selain kata-kata, ekspresi wajah, sentuhan, dan bahasa tubuh menjadi bagian penting dalam menjaga keintiman emosional.

Berdasarkan kajian teoretis dan pendekatan fenomenologis, komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama didasarkan pada prinsip keterbukaan, empati, kepercayaan, serta kesediaan untuk beradaptasi dan menyelesaikan konflik dengan cara yang sehat. Perspektif Islam juga memberikan panduan moral dan etika dalam berkomunikasi, sehingga

perkawinan dapat terjaga dalam bingkai *sakinah, mawaddah, wa rahmah*.¹⁴ Oleh karena itu, memahami dan menerapkan pola komunikasi yang efektif merupakan kunci utama dalam menjaga keberlangsungan dan keharmonisan sebuah perkawinan.

Penelitian tentang pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama: studi fenomenologis didasarkan pada berbagai teori dan konsep yang menjelaskan pentingnya komunikasi dalam menjaga keharmonisan perkawinan.¹⁵ Teori-teori seperti komunikasi interpersonal, manajemen konflik, kelekatan, dan pertukaran sosial memberikan kerangka untuk memahami bagaimana pasangan yang bertahan lama membangun dan memelihara komunikasi yang efektif. Pendekatan fenomenologis digunakan untuk menggali pengalaman subjektif pasangan, sehingga dapat memberikan wawasan mendalam tentang pola komunikasi yang unik dan efektif dalam hubungan jangka panjang.

Penelitian fenomenologis ini bertujuan untuk menggali pengalaman nyata pasangan suami istri dalam mempertahankan pernikahan mereka dalam jangka panjang. Melalui observasi dan wawancara mendalam di lapangan, ditemukan bahwa pola komunikasi yang efektif memiliki peran krusial dalam membangun hubungan pernikahan yang harmonis dan bertahan lama.

Berdasarkan temuan di lapangan, pasangan yang memiliki pernikahan yang langgeng umumnya menunjukkan karakteristik berikut:

- a. Kesadaran akan Komitmen. Mereka memiliki tekad kuat untuk mempertahankan pernikahan sebagai bagian dari ibadah dan komitmen jangka panjang.
- b. Keterbukaan dalam Komunikasi – Tidak ada hal yang disembunyikan antara pasangan, sehingga tidak ada ruang untuk kecurigaan.
- c. Saling Menghargai – Menggunakan bahasa yang sopan dan penuh penghormatan dalam interaksi sehari-hari.
- d. Kesabaran dan Kemampuan Mengelola Konflik – Tidak mudah terpancing emosi dan lebih memilih menyelesaikan masalah dengan kepala dingin.
- e. Dukungan Sosial dan Spiritual – Terlibat dalam komunitas keagamaan atau kelompok yang mendukung keharmonisan rumah tangga.

¹⁴ A B M Fitri, "Tinjauan Kehujjahan 'Urf Terhadap Mahar Pernikahan Perspektif Madzhab Al-Arba'Ah," *Usratuna: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 5, no. 1 (2021).

¹⁵ Marwa, "Model Penyelesaian Perselisihan Perkawinan Perspektif Hukum Adat dan Hukum Islam."

Pasangan yang bertahan lama cenderung menggunakan komunikasi asertif, di mana mereka mengekspresikan perasaan dan kebutuhan dengan jelas tetapi tetap menghormati pasangan. Mendengarkan dengan empati tanpa menghakimi juga menjadi kunci dalam interaksi sehari-hari. Pasangan tidak segan membahas perasaan, tantangan, dan harapan mereka dalam pernikahan.¹⁶ Kejujuran dalam komunikasi menciptakan rasa percaya yang kuat. Ekspresi wajah yang ramah, kontak mata, dan sentuhan fisik seperti genggam tangan menjadi bahasa cinta yang mempererat hubungan.¹⁷ Senyuman dan gestur kecil sering kali menjadi penguat dalam komunikasi pasangan yang bertahan lama. Pasangan yang bertahan lama sering mengutamakan nilai-nilai Islam dalam berkomunikasi, seperti menggunakan kata-kata yang lembut (*qaulan layyin*), tidak menyakiti hati pasangan, serta menjadikan Al-Qur'an dan hadis sebagai pedoman dalam menyelesaikan konflik.¹⁸

Kebiasaan berdiskusi dan menyelesaikan konflik dengan damai. Dalam perkawinan yang langgeng, pasangan tidak menghindari konflik, tetapi berusaha menyelesaikannya dengan komunikasi yang sehat. Mereka lebih fokus pada solusi daripada menyalahkan satu sama lain. Pemanfaatan Teknologi dalam Komunikasi. Pasangan yang bertahan lama tetap memanfaatkan teknologi untuk menjaga komunikasi, seperti pesan singkat penuh perhatian atau panggilan video saat berjauhan. Namun, mereka tetap mengutamakan interaksi langsung dan tidak menggantungkan komunikasi hanya pada media sosial.

Dari penelitian fenomenologis ini, bahwa pola komunikasi yang sehat, terbuka, dan berlandaskan nilai agama menjadi faktor utama dalam mempertahankan pernikahan dalam jangka panjang. Pasangan yang mampu menerapkan komunikasi yang baik cenderung lebih harmonis, lebih sedikit mengalami konflik berkepanjangan, dan lebih mampu menghadapi tantangan dalam kehidupan rumah tangga. Oleh karena itu, penguatan keterampilan komunikasi dalam perkawinan perlu menjadi perhatian, baik dalam pendidikan pranikah maupun dalam perjalanan kehidupan rumah tangga

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, yang

¹⁶ Yurik Yang, Dicky Pelupessy, S. S. Budi Hartono, "Kesejahteraan Psikologis dan Rasa Kekomunitasan pada Perempuan Penyintas Bencana Alam Yang Mengungsi," *Jurnal Sains Psikologi* 9, no. 1 (2020): 46–56.

¹⁷ Kamaruddin Lahaji et al., "Diskursus Hukum Islam Di Indonesia," *Buku-Buku karya dosen IAIN Sultan Amai Gorontalo* 1, no. 1 (2023).

¹⁸ Aat Royhatudin, "Penguatan Nilai-Nilai Pendidikan Islam di Sekolah Dasar Malnu Pusat Menes," *Jurnal Pendidikan Agama Islam* 2 (2020): 184–198.

bertujuan untuk memahami pengalaman mendalam pasangan yang telah menjalani perkawinan dalam jangka waktu lama. Studi fenomenologis dipilih karena memungkinkan eksplorasi pola komunikasi yang menjadi kunci keberlangsungan perkawinan, berdasarkan pengalaman subjektif para pasangan.¹⁹

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan kualitatif fenomenologis digunakan untuk menggali makna dan esensi pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama. Fokus utama penelitian ini adalah bagaimana pasangan memahami dan menerapkan strategi komunikasi dalam hubungan mereka.

2. Lokasi dan Subjek Penelitian

Penelitian dilakukan di wilayah tertentu yang memiliki pasangan dengan usia pernikahan di atas 20 tahun. Subjek penelitian dipilih 3 pasangan berdasarkan *purposive sampling*, dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Pasangan yang telah menikah selama lebih dari 20 tahun.
- b. Pasangan yang masih hidup bersama dan memiliki hubungan harmonis.
- c. Bersedia berbagi pengalaman dan wawasan terkait komunikasi dalam pernikahan mereka.

3. Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang mendalam, digunakan beberapa teknik pengumpulan data sebagai berikut:²⁰

- a. Wawancara mendalam (in-depth interview) dilakukan dengan pasangan untuk mengeksplorasi pola komunikasi mereka, termasuk bagaimana mereka menyelesaikan konflik dan menjaga keharmonisan.
- b. Observasi partisipatif, mengamati interaksi sehari-hari pasangan, ekspresi verbal dan nonverbal dalam komunikasi mereka.
- c. Dokumentasi, mengumpulkan data tambahan seperti foto, surat, atau rekaman percakapan yang relevan.

¹⁹ Alfarid Alhabsi, *Perlindungan Sosial Terhadap Anak Berhadapan Hukum (ABH) Di Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) Putra Utama 4 Cengkareng Jakarta Barat*, *Braz Dent J.*, vol. 33, 2022.

²⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, Pertama. (Bandung: Alfabeta, 2019).

4. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan metode fenomenologis menurut Moustakas (1994), yang mencakup tahapan berikut:

- a. Epoche (Bracketing)
Menjaga objektivitas dengan menunda asumsi pribadi peneliti terhadap fenomena yang diteliti.
- b. Reduksi Fenomenologis
Mengidentifikasi tema utama dalam komunikasi pasangan.
- c. Variasi Imajinatif
Menganalisis berbagai kemungkinan makna dari pola komunikasi yang ditemukan.
- d. Sintesis Makna dan Esensi
Merangkum pola komunikasi yang menjadi kunci keberhasilan perkawinan jangka panjang.

5. Keabsahan Data

Untuk memastikan validitas dan kredibilitas penelitian, dilakukan beberapa strategi, seperti:

- a. Triangulasi sumber (membandingkan hasil wawancara dari berbagai pasangan).
- b. *Member checking* (meminta konfirmasi dari peserta penelitian terkait hasil wawancara).
- c. *Audit trail* (mendokumentasikan seluruh proses penelitian agar dapat ditelusuri kembali).

Metode penelitian fenomenologis ini memungkinkan eksplorasi mendalam mengenai pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama. Dengan pendekatan deskriptif yang berbasis pengalaman nyata pasangan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru dalam studi komunikasi interpersonal dalam pernikahan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil temuan berdasarkan hasil penelitian terkait dengan pola komunikasi dalam perkawinan bertahan lama, studi fenomenologis yang disajikan data dengan subjek penelitian dipilih 3 (tiga) pasangan berdasarkan *purposive sampling*, dengan kriteria disebutkan, dengan demikian sumber data berdasarkan hasil lapangan yang berlokasi di Labuan tepatnya di

Kampung Daya Mekar Desa Kalanganyar, bahwa pasangan yang pertama,²¹ dengan pernikahan yang bertahan lama cenderung memiliki pola komunikasi yang fleksibel, menyesuaikan perubahan terhadap dinamika hubungan, seiring waktu (misalnya: menjadi orang tua, pensiun, atau krisis kesehatan).²² Mereka merespons kebutuhan pasangan dengan empati, bukan sekadar reaksi defensif. Keterbukaan dalam membahas perasaan, harapan, dan konflik menjadi kunci pola komunikasi yang harmonis. Namun, keterbukaan ini diimbangi dengan kepekaan terhadap waktu dan situasi (tidak memaksakan diskusi ketika pasangan belum siap) sehingga ada kesadaran untuk menghindari "penyimpanan rahasia" yang dapat merusak kepercayaan.²³

Adapun terkait dengan komunikasi ritual dan kebersamaan, peneliti wawancara dengan pasangan kedua,²⁴ seperti ritual komunikasi harian (misalnya: makan bersama, ngobrol sebelum tidur) menjadi fondasi untuk menjaga kedekatan emosional. Kebiasaan kecil seperti bertanya "Bagaimana harimu?" atau berbagi cerita trivial dianggap penting untuk memelihara ikatan. Kontak fisik (pelukan, sentuhan), kontak mata, dan ekspresi wajah hangat digunakan untuk memperkuat pesan verbal.

Adapun Pasangan ketiga,²⁵ yang cenderung "tahu" bahasa nonverbal pasangannya (misalnya: kapan perlu diam atau mendekat). Sedangkan faktor pendukung pola komunikasi efektif harus dengan komitmen jangka Panjang, yakni kesadaran bahwa pernikahan adalah "proyek bersama" yang membutuhkan usaha konsisten, termasuk dalam berkomunikasi. Pasangan melihat konflik sebagai hal normal, bukan ancaman terhadap hubungan. Keselarasan nilai dan tujuan hidup. Kesamaan nilai (misalnya: agama, pola asuh, prioritas keluarga) mengurangi potensi konflik fundamental. Tujuan hidup yang selaras memudahkan komunikasi tentang pengambilan keputusan besar.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pola komunikasi yang berkontribusi terhadap keberlangsungan perkawinan dalam jangka panjang. Melalui pendekatan fenomenologis, ditemukan beberapa temuan utama yang mencerminkan pola komunikasi efektif dalam perkawinan yang bertahan lama.

²¹ Imanuddin, *Wawancara Dengan Pasangan I*, Labuan Pandeglang, 12 Februari 2025.

²² Toha Ma'arif, "Pencatatan Pernikahan (Analisis dengan Pendekatan Qiyas, Istihsan, Sadd Al-Dzari'ah, Masalah Mursalah Dan Hukum Positif Di Indonesia)," *ASAS* 11, no. 01 (2019).

²³ Ah. Soni Irawan, "Maqāshid Al-Sharīah Jasser Auda Sebagai Kajian Alternatif Terhadap Permasalahan Kontemporean," *The Indonesian Journal of Islamic Law and Civil Law* 3, no. 1 (2022).

²⁴ Imanuddin, *Wawancara Dengan Pasangan II*, Labuan Pandeglang, 14 Februari 2025.

²⁵ Imanuddin, *Wawancara Dengan Pasangan III*, Labuan Pandeglang, 14 Februari 2025.

1. Komunikasi Berdasarkan Prinsip Saling Pengertian

Pasangan yang memiliki perkawinan langgeng menunjukkan pemahaman yang mendalam terhadap kebutuhan emosional satu sama lain. Mereka tidak hanya berkomunikasi secara verbal tetapi juga memahami bahasa tubuh dan ekspresi pasangan. Kepekaan terhadap kondisi pasangan membantu dalam menghindari kesalahpahaman yang berpotensi memicu konflik.

2. Keterbukaan dan Kejujuran dalam Berkomunikasi

Kejujuran menjadi prinsip utama dalam menjaga kepercayaan dalam perkawinan. Pasangan yang bertahan lama cenderung terbuka dalam mengungkapkan perasaan, harapan, dan ketidaknyamanan tanpa rasa takut dihakimi. Mereka membangun budaya komunikasi yang tidak hanya menyampaikan informasi tetapi juga berbagi pemikiran dan emosi secara jujur.

3. Pola Komunikasi Empatik dan Tidak Defensif

Ketika terjadi perbedaan pendapat, pasangan yang memiliki perkawinan langgeng menunjukkan kemampuan mendengarkan secara aktif tanpa langsung bersikap defensif. Mereka lebih memilih merespons dengan empati daripada reaksi emosional yang memperburuk konflik. Pendekatan ini membantu dalam menyelesaikan masalah dengan kepala dingin dan menghindari pertengkaran berkepanjangan.

4. Humor dan Fleksibilitas dalam Interaksi

Humor menjadi salah satu elemen penting dalam pola komunikasi pasangan yang bertahan lama. Kemampuan untuk menertawakan kesalahan kecil dan tidak terlalu serius menghadapi perbedaan membuat hubungan lebih ringan dan harmonis. Fleksibilitas dalam beradaptasi dengan perubahan dalam kehidupan juga menjadi faktor penting dalam mempertahankan komunikasi yang sehat.

5. Pola Komunikasi Berdasarkan Nilai-Nilai Religius dan Budaya

Dalam banyak kasus, pasangan yang memiliki dasar komunikasi berbasis nilai agama dan budaya menunjukkan ketahanan perkawinan yang lebih tinggi. Doa bersama, berdiskusi tentang nilai-nilai spiritual, dan berbagi tujuan hidup berbasis keimanan memperkuat ikatan

emosional. Keberadaan norma sosial dan budaya yang mendukung komunikasi harmonis juga berperan dalam menjaga stabilitas perkawinan.²⁶

6. Penggunaan Teknologi dalam Menjaga Komunikasi

Dalam era digital, pasangan yang mampu memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan komunikasi cenderung lebih harmonis. Penggunaan pesan singkat, video call, dan media sosial dalam batas yang sehat membantu menjaga kedekatan emosional, terutama bagi pasangan yang sering berjauhan karena pekerjaan atau tanggung jawab lainnya.

Dari hasil penelitian ini, pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama memiliki beberapa karakteristik utama, yaitu keterbukaan, kejujuran, empati, fleksibilitas, humor, serta nilai-nilai religius dan budaya sebagai dasar interaksi. Komunikasi yang baik tidak hanya berfungsi untuk menyampaikan informasi, tetapi juga menjadi sarana untuk membangun ikatan emosional yang kuat.²⁷ Oleh karena itu, pasangan yang ingin mempertahankan perkawinan dalam jangka panjang harus terus mengembangkan pola komunikasi yang sehat, terbuka, dan penuh penghargaan satu sama lain.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama dengan pendekatan fenomenologis. Studi ini mengungkap bahwa komunikasi yang efektif merupakan fondasi utama dalam mempertahankan keberlanjutan hubungan suami istri. Berdasarkan temuan penelitian, beberapa pola komunikasi yang mendukung keberlangsungan perkawinan dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Pola Komunikasi Terbuka dan Jujur

Salah satu faktor utama yang ditemukan dalam perkawinan yang bertahan lama adalah keterbukaan dalam komunikasi. Pasangan yang mampu mengungkapkan perasaan, harapan, serta ketidakpuasan mereka dengan jujur cenderung memiliki hubungan yang lebih stabil dan sehat. Keterbukaan dalam komunikasi memungkinkan pasangan untuk memahami kebutuhan dan ekspektasi satu sama lain. Kejujuran menciptakan rasa saling percaya, yang menjadi dasar dalam menyelesaikan konflik secara konstruktif. Sebaliknya, komunikasi yang tertutup dan penuh rahasia dapat menimbulkan ketegangan dalam hubungan.

²⁶ Ulfia Adlina Atika, "Potensi Keberagaman Masyarakat Kudus: Upaya Memperkuat Ideologi Pancasila Melalui Local Wisdom," *Fikrah: Jurnal Ilmu Aqidah dan Studi Keagamaan* 5, no. 1 (2020): 219–244.

²⁷ Rahman Ritongan, *Fiqh Ibadah* (Jakarta: Gaya Media Pratama, 2017), 23.

2. Pola Komunikasi Berbasis Empati dan Penghargaan

Perkawinan yang bertahan lama menunjukkan adanya pola komunikasi yang didasari oleh empati, yaitu kemampuan untuk memahami perasaan pasangan dan meresponsnya dengan penuh pengertian. Suami dan istri yang saling menghargai dan memahami perspektif satu sama lain cenderung lebih mampu mengatasi konflik tanpa merusak hubungan. Bahasa tubuh, nada suara, dan cara berbicara berperan dalam menciptakan suasana yang kondusif dalam komunikasi. Perbedaan pendapat tidak selalu berujung pada pertengkaran jika pasangan memiliki kemampuan mendengarkan secara aktif.

3. Pola Komunikasi yang Adaptif terhadap Perubahan

Seiring berjalannya waktu, pasangan menghadapi berbagai perubahan, baik dalam aspek ekonomi, sosial, maupun psikologis. Pasangan yang mampu menyesuaikan pola komunikasi mereka dengan dinamika kehidupan memiliki peluang lebih besar untuk mempertahankan hubungan mereka. Perubahan gaya komunikasi dalam berbagai fase kehidupan pernikahan menunjukkan tingkat fleksibilitas pasangan dalam beradaptasi. Komunikasi yang stagnan atau tidak berkembang sering kali menjadi pemicu ketidakharmonisan. Pemanfaatan teknologi komunikasi, seperti pesan instan atau panggilan video, juga membantu dalam mempertahankan hubungan terutama bagi pasangan dengan keterbatasan jarak.

4. Pola Komunikasi dalam Menyelesaikan Konflik

Setiap perkawinan pasti menghadapi konflik, tetapi cara pasangan dalam berkomunikasi saat menyelesaikan konflik sangat menentukan kelangsungan hubungan mereka. Pasangan yang bertahan lama cenderung menggunakan pendekatan resolusi konflik yang berbasis dialog, bukan konfrontasi. Menghindari sikap defensif dan menyalahkan pasangan dapat mencegah eskalasi masalah. Konflik yang diselesaikan dengan komunikasi yang sehat justru dapat memperkuat ikatan emosional pasangan.

5. Pola Komunikasi Berbasis Nilai Religius dan Budaya

Banyak pasangan yang berhasil mempertahankan pernikahan mereka dengan menjadikan nilai-nilai agama dan budaya sebagai pedoman dalam berkomunikasi. Dalam Islam, komunikasi dalam perkawinan dianjurkan untuk mencerminkan kasih sayang dan penghormatan, sebagaimana ajaran Rasulullah ﷺ kepada istri-istrinya. Nilai budaya yang menekankan pada kebersamaan keluarga dan musyawarah dalam pengambilan keputusan juga

memperkuat hubungan suami istri. Ritual keagamaan seperti doa bersama, kajian keluarga, dan ibadah berjamaah berkontribusi dalam menciptakan suasana komunikasi yang harmonis.

Dari hasil analisis fenomenologis, dapat disimpulkan bahwa pola komunikasi yang sehat dalam perkawinan meliputi keterbukaan, empati, adaptasi terhadap perubahan, cara penyelesaian konflik yang baik, serta nilai-nilai religius dan budaya. Pola komunikasi ini bukan hanya memperpanjang usia perkawinan, tetapi juga meningkatkan kualitas hubungan antara suami dan istri. Oleh karena itu, memperkuat keterampilan komunikasi dalam rumah tangga menjadi salah satu kunci utama dalam membangun perkawinan yang langgeng dan bahagia

V. KESIMPULAN

Komunikasi yang terbuka dan jujur dengan pasangan yang memiliki pernikahan langgeng cenderung terbuka dalam menyampaikan perasaan, harapan, dan kebutuhan mereka. Kejujuran dalam komunikasi menciptakan kepercayaan yang kuat dalam hubungan.

Keseimbangan antara mendengar dan berbicara, agar pasangan yang bertahan lama menunjukkan kemampuan untuk menjadi pendengar yang baik sebelum merespons pasangan mereka. Sikap empati dalam mendengarkan membantu menghindari kesalahpahaman dan konflik berkepanjangan.

Pola komunikasi positif dalam mengelola konflik biasanya pasangan lebih memilih pendekatan dialogis dan tidak reaktif dalam menghadapi konflik. Penggunaan bahasa yang lembut, tidak menyalahkan, dan mengutamakan solusi berkontribusi dalam menyelesaikan perbedaan pendapat.

Ekspresi kasih sayang dalam komunikasi sehari-hari sebagai bentuk ungkapan verbal (seperti kata-kata apresiasi dan dukungan) maupun non-verbal (seperti sentuhan dan ekspresi wajah) memperkuat ikatan emosional. Komunikasi yang mengandung unsur humor juga membantu menciptakan suasana rumah tangga yang harmonis.

Keselarasan dalam nilai dan harapan bagi pasangan yang memiliki visi hidup dan nilai-nilai yang sejalan lebih mudah membangun pola komunikasi yang harmonis. Komunikasi dalam perkawinan yang bertahan lama seringkali berorientasi pada kerja sama dan saling mendukung dalam mencapai tujuan bersama.

Pemanfaatan teknologi secara bijak dalam komunikasi karena dengan pasangan yang memanfaatkan teknologi (seperti pesan instan atau video call) untuk tetap terhubung, terutama

dalam hubungan jarak jauh. Penggunaan teknologi yang tidak berlebihan dan tetap mengutamakan komunikasi langsung menjadi kunci dalam menjaga kedekatan emosional.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsan, Irodat dan Efi Afifi. "Transformasi Maqosidus Syari'ah; Revitalisasi Qowaidul Fiqhiyah." *Ta'dibiya Jurnal Agama dan Pendidikan Islam* 4, no. 2 (2024): 37–49.
- Alhabsi, Alfarid. *Perlindungan Sosial Terhadap Anak Berhadapan Hukum (ABH) Di Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) Putra Utama 4 Cengkareng Jakarta Barat*. Braz Dent J. Vol. 33, 2022.
- Atika, Ulfia Adlina. "Potensi Keberagamaan Masyarakat Kudus: Upaya Memperkuat Ideologi Pancasila Melalui Local Wisdom." *Fikrah: Jurnal Ilmu Aqidah dan Studi Keagamaan* 5, no. 1 (n.d.): 219–244.
- Dicky Pelulessy, S. S. Budi Hartono, Yurik Yang. "Kesejahteraan Psikologis dan Rasa Kekomunitasan Pada Perempuan Penyintas Bencana Alam Yang Mengungsi." *Jurnal Sains Psikologi* 9, no. 1 (n.d.): 46–56.
- Dkk, Hanan Muhajir. "Analisis Qowaidul Fiqhiyah; Solusi Terhadap Tantangan Kontemporer Dalam Hukum Islam." *Ta'dibiya Jurnal Agama dan Pendidikan Islam* 3, no. 1 (2023): 81–94.
- Farida, Siti, Fitrotin Jamilah, Ahmad Khotib, and Joni Joni. "Integrasi Kecerdasan Holistik RASULULLAH SAW Untuk Generasi Muda Berkarakter Di Pendidikan Era Industri 4.0." *Widya Balina* 4, no. 2 (2019).
- Fitri, A B M. "Tinjauan Kehujjahan 'Urf Terhadap Mahar Pernikahan Perspektif Madzahib Al-Arba'Ah." *Usratuna: Jurnal Hukum Keluarga Islam* 5, no. 1 (2021).
- Hasballah et.al. "Identifying 'Illat through Munasabah in Islamic Law: A Perspective of Imam Al-Ghazali." *Samarah: Jurnal Hukum Keluarga dan Hukum Islam*, 5, no. 2 (2021): 598–618.
- Jakariansyah. "Tinjauan Yuridis Akibat Hukum Perkawinan Masyarakat Muslim yang Tidak Tercatat di Kantor Urusan Agama." *Jurnal Hukum Prodi Ilmu Hukum Fakultas Hukum Untan (Jurnal Mahasiswa S1 Fakultas Hukum) Universitas Tanjungpura* 4, no. 3 (2016): 1–11.
- Lahaji, Kamaruddin, Abdul Haris Abbas, Aida Humaira, and Muh. Fudhail Rahman. "Diskursus Hukum Islam Di Indonesia." *Buku-Buku karya dosen IAIN Sultan Amai*

- Gorontalo* 1, no. 1 (2023).
- Ma'arif, Toha. "PENCATATAN PERNIKAHAN (Analisis dengan Pendekatan Qiyas, Istihsan, Sadd Al-Dzari'ah, Masalah Mursalah Dan Hukum Positif Di Indonesia)." *ASAS* 11, no. 01 (2019).
- Marwa, Muhammad Habibi Miftakhul. "Model Penyelesaian Perselisihan Perkawinan Perspektif Hukum Adat Dan Hukum Islam." *JURNAL USM Law Review* 4, no. 2 (2021).
- Novikawati, Novikawati, Fuad Rahman, Ramlah Ramlah, and Zulkarnain Zulkarnain. "Legalisasi Hukum Nikah Sirri Pada Perkara Isbat Nikah Di Pengadilan Agama Muara Bulian." *JURNAL MANAJEMEN PENDIDIKAN DAN ILMU SOSIAL* 4, no. 1 (2023).
- Nurhadi, Nurhadi. "Undang-Undang No. 1 Tahun 1974 Tentang Pernikahan (Perkawinan) Di Tinjau Dari Maqashid Syariah." *UIR Law Review* 2, no. 2 (2018).
- Rahman Ritongan. *Fiqih Ibadah*. Jakarta: Gaya Media Pratama, 2017.
- Ramelan, Rafida. "Sekufu Dalam Konteks Hukum Keluarga Modern." *Tahkim (Jurnal Peradaban dan Hukum Islam)* 4, no. 1 (2021).
- Royhatudin, Aat. "Penguatan Nilai-Nilai Pendidikan Islam di Sekolah Dasar Malnu Pusat Menes." *Jurnal Pendidikan Agama Islam* 2 (2020): 184–198.
- Royhatudin, Aat. *Fikih Pemula; Menjadi Mukalaf Yang Beriman Dan Berakhlak*. Edited by Iiz Izmuddin. Pandeglang: Staisman Press, 2020.
- Soni Irawan, Ah. "MaqāShid Al-Sharīah Jasser Auda Sebagai Kajian Alternatif Terhadap Permasalahan Kontemporean." *The Indonesian Journal of Islamic Law and Civil Law* 3, no. 1 (2022).
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Pertama. Bandung: Alfabeta, 2019.
- Suhartono. "Dinamika Hukum Keluarga Islam Di Era Milenial." *Al Mashalih-Journal Of Islamic Law* 1, no. 2 (2018).
- Syamsuar Syam. "Tradisionalisme Islam Suatu Karakter dan Pola Pengembangan Islam di Indonesia." *Al Hikmah: Jurnal Dakwah dan Ilmu Komunikasi* (2018): 20–30