



## KONSTRUKSI HUKUM KELUARGA ISLAM TERHADAP FENOMENA *SILENT TREATMENT* DALAM DINAMIKA KELUARGA

**Dul Jalil**

Sekolah Tinggi Ilmu Syariah Nahdlatul Ulama  
(STISNU) Nusantara Tangerang, Indonesia

Email: [ajalil7580@gmail.com](mailto:ajalil7580@gmail.com)

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fenomena *silent treatment* dalam keluarga berdasarkan perspektif hukum keluarga Islam dengan menitikberatkan pada aspek normatif dan yuridis. Kajian ini menempatkan *silent treatment* sebagai perilaku yang perlu diuji kesesuaiannya dengan prinsip-prinsip syariah, khususnya terkait hak dan kewajiban suami istri, konsep *mu'āsyarah bi al-ma'rūf*, serta tujuan pembentukan keluarga dalam Islam. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan normatif-yuridis. Data diperoleh melalui penelaahan terhadap sumber-sumber hukum Islam, meliputi Al-Qur'an, Hadis, pendapat para ulama, kaidah fikih, serta literatur hukum keluarga Islam yang relevan. Pendekatan ini digunakan untuk menilai kedudukan hukum *silent treatment* dan implikasinya terhadap keharmonisan rumah tangga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik *silent treatment*, yang dipahami sebagai tindakan mendiamkan pasangan secara sengaja, dapat bertentangan dengan hukum keluarga Islam apabila dilakukan tanpa alasan syar'i atau melebihi batas waktu yang dibenarkan, yaitu tiga hari. Praktik tersebut berpotensi mengabaikan hak dan kewajiban suami istri serta bertentangan dengan prinsip keadilan dan kasih sayang dalam rumah tangga. Oleh karena itu, hukum keluarga Islam menekankan penyelesaian konflik melalui musyawarah, dialog yang konstruktif, serta pengendalian emosi sebagai upaya menjaga keutuhan dan keharmonisan keluarga sesuai dengan tujuan syariah.

**Kata kunci:** *Silent treatment*, normatif-yuridis, keharmonisan rumah tangga

### **Abstract**

*This study aims to analyze the phenomenon of silent treatment within the family from the perspective of Islamic family law, with an emphasis on normative and juridical aspects. The study positions silent treatment as a behavior that needs to be evaluated for its conformity with Sharia principles, particularly concerning the rights and obligations of spouses, the concept of mu'āsyarah bi al-ma'rūf, and the objectives of family formation in Islam. The research method employed is library research with a normative-juridical approach. Data were obtained through a review of Islamic legal sources, including the Qur'an, Hadith, scholarly opinions, fiqh principles, and relevant literature on Islamic family law. This approach is used to assess the legal status of silent treatment and its implications for household harmony. The findings indicate that the practice of silent treatment, understood as intentionally ignoring one's spouse, may*



*contradict Islamic family law when it is carried out without a valid Sharia reason or exceeds the permissible duration, namely three days. Such practice has the potential to neglect the rights and obligations of spouses and conflicts with the principles of justice and compassion in the family. Therefore, Islamic family law emphasizes conflict resolution through deliberation, constructive dialogue, and emotional self-control as efforts to maintain the integrity and harmony of the family in accordance with the objectives of Sharia.*

**Keywords:** *Silent treatment, normative-juridical, family harmony*

### **Pendahuluan**

Pernikahan merupakan institusi yang menyatukan dua individu dalam suatu ikatan yang bersifat sakral, dengan harapan bersama untuk membangun kehidupan keluarga yang harmonis. Dalam realitas kehidupan rumah tangga, pasangan suami istri tidak jarang dihadapkan pada perbedaan pandangan, keinginan, maupun kebutuhan yang bersifat personal. Perbedaan-perbedaan tersebut pada dasarnya menjadi faktor awal munculnya dinamika dan potensi konflik dalam keluarga. Namun demikian, perbedaan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kodrat manusia, sehingga tidak dapat dihindari dalam kehidupan bersama. Oleh karena itu, perbedaan tersebut memerlukan pengelolaan yang bijaksana agar tidak berkembang menjadi konflik berkepanjangan yang dapat mengganggu keharmonisan rumah tangga.<sup>1</sup> Dalam perspektif hukum Islam, pembinaan rumah tangga tidak dimaknai sebatas kebersamaan fisik antara suami dan istri, melainkan mencakup kewajiban untuk membangun interaksi yang dilandasi oleh sikap saling menghormati, menyampaikan kebaikan, serta menyelesaikan perselisihan secara arif dan berkeadilan. Atas dasar tersebut, diperlukan kajian lebih lanjut mengenai kedudukan praktik *silent treatment* dalam hukum Islam, apakah perilaku tersebut sejalan atau justru bertentangan dengan prinsip-prinsip syariah, khususnya yang berkaitan dengan pemenuhan hak dan kewajiban suami istri dalam kehidupan rumah tangga.<sup>2</sup>

Keluarga merupakan unsur paling dasar dalam struktur masyarakat yang memiliki peran strategis dalam membentuk kepribadian serta karakter individu. Dalam perspektif Islam, keluarga diposisikan sebagai institusi yang bersifat sakral, yang dibangun melalui ikatan pernikahan dan diarahkan untuk mewujudkan ketenangan hidup, cinta, dan kasih sayang dalam hubungan suami istri. Tujuan tersebut sejalan dengan nilai-nilai yang terkandung dalam QS. Ar-Rum ayat 21, yang menegaskan bahwa Allah menciptakan pasangan bagi manusia agar tercapai ketenteraman (*sakinah*), serta menanamkan rasa cinta (*mawaddah*) dan kasih sayang (*rahmah*) sebagai landasan utama dalam membina kehidupan keluarga yang harmonis dan seimbang.<sup>3</sup> Dalam dinamika kehidupan keluarga, komunikasi memegang peranan fundamental dalam menjaga keharmonisan serta mengelola

<sup>1</sup> Nasrudin Baidan., *Perkembangan Tafsir Al- Qur'an Di Indonesia* : Tiga Serangkai Pustaka Mandiri: Solo, (2015:34).hlm. 102

<sup>2</sup> Mahmudin Bunyamin & Agus Hermanto, *Hukum Perkawinan Islam* : Pustaka Setia: Bandung, (2017). hlm. 27.

<sup>3</sup> Kipling D. Williams, *Ostracism: The Power of Silence*, (New York: Guilford Press, 2001), hlm. 5



perbedaan yang muncul antar anggota keluarga. Namun, dalam praktiknya, tidak jarang pasangan suami istri maupun anggota keluarga lainnya justru memilih sikap diam dan menghindari komunikasi ketika menghadapi konflik. Sikap tersebut dikenal sebagai *silent treatment*, yaitu suatu kondisi di mana salah satu atau kedua pihak secara sengaja tidak melakukan komunikasi, enggan memberikan respons, atau mengabaikan keberadaan pihak lain dalam jangka waktu tertentu sebagai bentuk reaksi terhadap permasalahan yang terjadi.<sup>4</sup>

Sikap saling diam kerap kali tidak dipandang sebagai persoalan serius karena tidak melibatkan kekerasan fisik maupun ungkapan verbal yang kasar. Namun demikian, perilaku tersebut memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas hubungan dalam keluarga. Terputusnya komunikasi dapat memicu kesalahpahaman yang berlarut, menumbuhkan perasaan tidak dihargai, serta berpotensi mengarah pada keretakan hubungan rumah tangga. Dalam jangka panjang, praktik *silent treatment* dapat menciptakan jarak emosional antar anggota keluarga, mengikis rasa saling percaya, dan menimbulkan tekanan psikologis yang berkepanjangan. Fenomena ini umumnya dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain perbedaan karakter, pola pengasuhan yang terbentuk sejak masa kanak-kanak, ketidakmampuan dalam mengelola emosi, serta sikap enggan untuk mengalah. Padahal, Islam sebagai agama yang membawa rahmat bagi seluruh alam menekankan pentingnya komunikasi yang baik, saling menasihati dalam kebenaran, serta penyelesaian konflik melalui cara-cara yang arif, penuh hikmah, dan dilandasi kasih sayang. Oleh karena itu, kajian terhadap fenomena saling diam dalam keluarga dari perspektif hukum Islam menjadi penting dilakukan guna merumuskan solusi yang tepat sekaligus memiliki nilai edukatif bagi kehidupan keluarga dan masyarakat secara luas.<sup>5</sup>

Dalam realitas kehidupan rumah tangga, keharmonisan tidak selalu dapat terjaga secara konsisten, mengingat konflik dan perbedaan pandangan merupakan bagian yang wajar dari relasi suami istri. Meskipun demikian, sikap dan cara pasangan dalam menyikapi konflik tersebut memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keberlanjutan dan kualitas hubungan perkawinan. Salah satu bentuk respons yang kerap muncul dalam dinamika konflik rumah tangga, namun masih relatif minim dikaji dari perspektif keagamaan, adalah perilaku yang dikenal dengan istilah *silent treatment*. *Silent treatment* dapat dipahami sebagai tindakan disengaja untuk tidak melakukan komunikasi, tidak memberikan respons, atau mengabaikan pasangan dalam situasi konflik, yang sering kali berfungsi sebagai bentuk tekanan psikologis maupun pengendalian interaksi dalam hubungan suami istri.<sup>6</sup> *Silent treatment* atau tindakan mendiamkan pasangan merupakan bentuk komunikasi pasif-agresif yang kerap muncul dalam hubungan antar anggota keluarga. Perilaku ini ditandai dengan penolakan untuk berkomunikasi dan berinteraksi saat terjadi

---

<sup>4</sup> Himan Hadikusuma, *Hukum Perkawinan Indonesia Menurut Perundangan, Hukum Adat, hukum Agama*: Mandar Maju: Bandung, (2007), hlm 15

<sup>5</sup> Agus Hermanto & Rohmi Yuhaniah, *Psikologi Keluarga dan Pernikahan*, Literas Nusantara Abadi: Malang: (2024), hlm, 97.

<sup>6</sup> Kipling D. Williams, *Ibid hlm.11*



perselisihan atau emosi marah, yang bertujuan memicu rasa bersalah pada pasangan serta mengendalikan pasangan agar mengikuti kehendaknya.<sup>7</sup>

*Silent treatment* dapat menyebabkan korban merasa terancam dan tidak aman secara emosional, sehingga suasana rumah menjadi tegang dan tidak nyaman. Komunikasi yang terputus dalam jangka waktu tertentu menimbulkan kekakuan dalam interaksi keluarga, sekaligus menimbulkan tekanan psikologis yang dapat berdampak pada kesehatan mental anggota keluarga. Dalam kondisi yang berkepanjangan, korban berpotensi mengalami penurunan rasa percaya diri, kecemasan, hingga stres yang memengaruhi fungsi keluarga secara menyeluruh. Dari sudut pandang hukum Islam, tindakan yang menyebabkan tekanan emosional dan merusak keharmonisan rumah tangga tidak sejalan dengan prinsip *mu'asyarah bi al-ma'rūf* dan kewajiban suami istri untuk saling berbuat baik. Islam memandang rumah tangga sebagai lembaga yang harus dibangun atas dasar kasih sayang, keadilan, dan komunikasi yang sehat. Oleh karena itu, perilaku *silent treatment* perlu dikaji secara serius karena berpotensi melanggar hak pasangan dan merusak tujuan pembentukan keluarga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah.<sup>8</sup>

Munculnya fenomena *silent treatment* dalam keluarga menimbulkan urgensi untuk dikaji dari perspektif hukum Islam, agar masyarakat memahami batasan perilaku yang diperbolehkan maupun yang dilarang dalam kehidupan rumah tangga. Kajian ini menjadi penting karena, meskipun *silent treatment* sering dibahas dalam psikologi dan sosiologi keluarga, studi yang mengulasnya secara komprehensif dari perspektif hukum keluarga Islam masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan menelaah posisi *silent treatment* dalam hukum Islam serta merumuskan solusi yang sesuai dengan prinsip syariah untuk mewujudkan hubungan keluarga yang harmonis. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada pengintegrasian kajian fikih, kaidah hukum Islam, dan prinsip *mu'asyarah bi al-ma'rūf* dalam memahami serta menyikapi fenomena *silent treatment* dalam keluarga.

### METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (library research). Metode ini dipilih karena penelitian berfokus pada kajian normatif mengenai *silent treatment* dalam keluarga dari perspektif hukum Islam, sehingga data yang dibutuhkan berupa bahan tertulis yang memuat aturan, konsep, serta argumentasi hukum. Data dikumpulkan melalui telaah terhadap berbagai sumber pustaka, baik primer maupun sekunder, seperti Al-Qur'an, Hadis, kitab fikih, kaidah hukum Islam, pendapat ulama, serta literatur akademik yang relevan berupa buku, jurnal, artikel, dan penelitian terdahulu. Pendekatan analisis yang digunakan adalah normatif-deskriptif, yang menggabungkan dua langkah analisis. Pertama, analisis normatif dilakukan dengan menelaah ketentuan dan prinsip hukum Islam terkait kehidupan keluarga, hak dan kewajiban suami istri, serta nilai-nilai

---

<sup>7</sup> Bagoes Kusuma, 'Reception Analysis Tentang Silent Treatment Pada Film "The Story Of Kale : When Someone's In Love"', 3 (2023), hlm.8775-88.

<sup>8</sup> Sumantara Elsener, "Love Your Self Better" Silent Treatment konflik dalam pernikahan, Jakarta Indonesia, Gagas Media, 2023 hal.88.



*mu'āsyarah bi al-ma'rūf* yang menjadi landasan interaksi dalam rumah tangga. Kedua, analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan fenomena *silent treatment* dalam konteks keluarga, termasuk dampak dan faktor penyebabnya berdasarkan temuan literatur.<sup>9</sup> Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menilai kesesuaian praktik tersebut dengan norma syariah, tetapi juga memaparkan realitas fenomena secara sistematis.<sup>10</sup> Pemilihan metode penelitian kepustakaan ini didasarkan pada karakteristik masalah yang bersifat normatif dan konseptual, sehingga kajian empiris langsung seperti survei atau wawancara tidak menjadi fokus utama. Selain itu, penggunaan metode ini memungkinkan peneliti untuk mengkonstruksi argumentasi hukum yang kuat dengan merujuk pada sumber hukum primer dan kajian akademik yang sudah ada, serta menghindari generalisasi yang tidak berdasar. Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai posisi *silent treatment* dalam hukum keluarga Islam dan memberikan solusi yang relevan serta aplikatif sesuai prinsip syariah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. *Silent Treatment* Dalam Pandangan Hukum Islam.

Hukum Islam merupakan sekumpulan aturan yang bersumber dari wahyu Allah dan sunnah Rasulullah SAW yang mengatur berbagai aspek kehidupan manusia. Aturan tersebut mencakup hubungan manusia dengan Allah, hubungan antar sesama manusia, serta hubungan manusia dengan lingkungan sekitarnya. Karena bersumber dari wahyu, hukum Islam memiliki karakter ilahiah dan menjadi pedoman utama bagi umat dalam menjalankan kehidupan. Ruang lingkup hukum Islam meliputi aspek ibadah, yang mengatur hubungan vertikal manusia dengan Allah, serta aspek muamalah yang mengatur interaksi sosial dan hubungan kemanusiaan dalam masyarakat.<sup>11</sup> Menurut Abu Zahrah, hukum Islam dipahami sebagai sekumpulan ketentuan Allah SWT yang mengatur hubungan manusia dengan Tuhan, sesama manusia, serta lingkungan sekitar, yang bersumber dari wahyu yang disampaikan kepada Nabi Muhammad SAW. Definisi ini menegaskan bahwa hukum Islam bukan sekadar norma moral, melainkan sistem hukum yang memiliki landasan ilahiah dan mencakup seluruh aspek kehidupan manusia. Dalam konteks hukum keluarga Islam, definisi tersebut relevan karena hubungan keluarga merupakan bagian dari interaksi sosial yang diatur oleh syariat, terutama terkait hak dan kewajiban suami istri, serta prinsip keadilan dan kasih sayang dalam rumah tangga. Dengan demikian, hukum Islam menjadi rujukan utama dalam menilai berbagai fenomena keluarga, termasuk praktik *silent treatment*, untuk memastikan bahwa pola interaksi dalam rumah tangga tetap sesuai dengan ketentuan syariah dan tujuan pembentukan keluarga yang harmonis.<sup>12</sup>

<sup>9</sup> Evanirosa dkk., *Metode Penelitian Kepustakaan* (Bandung: CV Media Sains Indonesia, 2022), hlm.5.

<sup>10</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, Alfabeta: Bandung: (2024), hlm. 89.

<sup>11</sup> A. Qodri Azizi, *Eklektisisme Hukum Nasional Kompetisi Antara Hukum Islam dan Hukum Umum*, Yogyakarta: Gema Media, (2002), hlm, 48

<sup>12</sup> Muhammad Abu Zahrah, *Ushul al-Fiqh*, (Beirut: Dar al-Fikr al-'Arabi, 1997), hlm. 12



Hukum keluarga dalam Islam, yang dikenal dengan istilah *Ahkam al-Ahwal al-Syakhsiyah*, merupakan bagian integral dari hukum Islam yang telah dipahami sebelumnya sebagai sekumpulan ketentuan Allah SWT yang mengatur hubungan manusia dengan Tuhan, sesama manusia, serta lingkungan sekitar berdasarkan wahyu. Sebagaimana hukum Islam bersifat menyeluruh dan mencakup seluruh aspek kehidupan, hukum keluarga berfokus pada pengaturan hubungan personal dan kekeluargaan, termasuk persoalan pernikahan (*nikah*), perceraian (*thalak*), nafkah, hak asuh anak (*hadhanah*), serta warisan (*faraidh*).<sup>13</sup> Dalam pandangan Wahbah al-Zuhaili, hukum keluarga merupakan cabang fikih yang mengatur relasi kekeluargaan, hak dan kewajiban suami istri, serta konsekuensi hukum dari ikatan perkawinan dan perceraian. Hal ini menunjukkan bahwa hukum keluarga merupakan manifestasi konkret dari hukum Islam dalam konteks kehidupan rumah tangga, karena melalui aturan-aturan tersebut syariat membentuk tatanan keluarga yang berlandaskan keadilan, kasih sayang, dan tanggung jawab. Oleh karena itu, kajian terhadap fenomena *silent treatment* dalam keluarga perlu ditempatkan dalam kerangka hukum keluarga Islam agar dapat menilai kesesuaiannya dengan prinsip syariah dan dampaknya terhadap keharmonisan rumah tangga.<sup>14</sup>

*Silent treatment* sering dipakai sebagai bentuk manipulasi emosional dalam relasi keluarga. Pelaku cenderung menggunakan strategi ini untuk “menghukum” pasangan atau memperoleh kendali dalam situasi konflik tanpa menyampaikan keluhan secara terbuka. Dampak dari praktik tersebut dapat berupa penurunan rasa harga diri, kebingungan emosional, serta munculnya ketidakamanan dalam hubungan jangka panjang.<sup>15</sup> Dalam perspektif hukum Islam, perilaku yang menimbulkan tekanan psikologis dan merusak keharmonisan rumah tangga, seperti *silent treatment*, perlu dipandang sebagai tindakan yang bertentangan dengan prinsip-prinsip syariah. Islam menekankan pentingnya *mu'āsyarah bi al-ma'rūf* (bergaul secara baik) serta kewajiban saling berbuat adil dan menjaga kehormatan pasangan. Selain itu, larangan terhadap tindakan yang bersifat zalim dan merendahkan martabat manusia menjadi dasar normatif untuk menilai bahwa komunikasi yang disengaja diputuskan atau pengabaian pasangan dalam jangka waktu tertentu tidak sejalan dengan etika Islam. Dalam konteks rumah tangga, *silent treatment* berpotensi melanggar hak pasangan untuk mendapatkan perlakuan yang penuh kasih sayang, penghormatan, dan dialog dalam menyelesaikan konflik, sehingga perlu dikaji secara serius dalam kerangka hukum keluarga Islam.<sup>16</sup>

Dalam hukum positif Indonesia, perilaku mendiamkan pasangan secara terus-menerus yang berdampak pada kondisi psikologis dapat dikategorikan sebagai kekerasan emosional. Hal ini sejalan dengan Undang-Undang No. 23

<sup>13</sup> Saiful Millah & Asep Saepudin Jahar, *Dualisme Hukum Perkawinan Islam di Indonesia*: Amzah: Jakarta (2019), hlm. 77.

<sup>14</sup> Wahbah al-Zuhaili, *al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu*, Jilid VII (Damaskus: Dar al-Fikr, 2007), hlm. 5

<sup>15</sup> Harriet B. Braiker, *Who's Pulling Your Strings? How to Break the Cycle of Manipulation*, (New York: McGraw-Hill, 2004), hlm. 94–96

<sup>16</sup> American Psychological Association, “Emotional Abuse,” APA Dictionary of Psychology, diakses 24 April 2025, <https://dictionary.apa.org/emotional-abuse>



Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga (UU PKDRT), yang mengakui kekerasan emosional sebagai salah satu bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang menyebabkan penderitaan psikologis. Pasal 1 ayat (1) UU PKDRT menyatakan bahwa kekerasan dalam rumah tangga mencakup setiap perbuatan terhadap seseorang, terutama perempuan, yang mengakibatkan kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga.<sup>17</sup> Dalam konteks keluarga, *silent treatment* dapat muncul dalam berbagai bentuk yang memiliki dampak berbeda terhadap dinamika rumah tangga. Berdasarkan karakteristik perilaku yang ditunjukkan, *silent treatment* dapat dibagi menjadi beberapa kategori sebagai berikut:

1. Mengabaikan Secara Verbal (*Verbal Ignoring*)

Perilaku ini ditandai dengan tidak adanya respons terhadap ucapan, pertanyaan, atau sapaan dari pasangan maupun anggota keluarga lainnya. Pelaku secara sengaja memilih diam sebagai bentuk protes atau hukuman. Contoh yang sering terjadi adalah pasangan tetap tidak berbicara meskipun diajak berkomunikasi dengan cara yang baik dan tenang

2. Menghindari Kontak Fisik dan Visual

Selain mengabaikan secara verbal, pelaku juga menolak melakukan kontak mata, sentuhan, atau menunjukkan ekspresi wajah. Tindakan ini dimaksudkan untuk menciptakan jarak emosional sehingga korban merasa terisolasi. Contohnya adalah orang tua yang enggan menatap atau menyentuh anak setelah terjadi perselisihan.

3. Menolak Penyelesaian Masalah.

Dalam kategori ini, pelaku menggunakan keheningan sebagai strategi untuk menghindari pembahasan konflik. Akibatnya, masalah yang ada tidak segera diselesaikan dan berpotensi memburuk. Contoh yang umum terjadi adalah pasangan yang saling mendiamkan selama beberapa hari tanpa ada upaya untuk membahas inti persoalan.<sup>18</sup>

### **B. Bahaya *silent treatment* dalam keharmonisan rumah tangga.**

*Silent treatment*, yakni tindakan mendiamkan pasangan secara sengaja, tidak hanya menghambat terjalannya komunikasi yang sehat dalam rumah tangga, tetapi juga berpotensi menimbulkan kerusakan psikologis yang berlangsung dalam jangka panjang bagi pihak yang menjadi korban. Meskipun tidak melibatkan kekerasan fisik, perilaku tersebut termasuk dalam kategori kekerasan emosional dan dapat menimbulkan dampak yang sama seriusnya.

- a. Menyebabkan Gangguan Psikologis

Korban *silent treatment* sering mengalami tekanan emosional yang cukup berat. Perasaan tidak dihargai, diabaikan, dan dikucilkan secara psikologis dapat berkembang menjadi kondisi kecemasan, depresi, serta gangguan stres. Kondisi pengucilan sosial semacam ini dapat berdampak signifikan pada kesejahteraan mental, karena otak manusia merespons

---

<sup>17</sup> Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga, Pasal 1 Ayat (1).

<sup>18</sup> Preston Ni, "10 Things to Know About the Silent Treatment," *Psychology Today*, 2013



pengabaian sosial dengan reaksi yang mirip dengan rasa sakit fisik, sebagaimana dijelaskan dalam penelitian Kipling D. Williams.<sup>19</sup>

b. Merusak Fondasi Hubungan Pernikahan.

*Silent treatment* berpotensi merusak landasan hubungan rumah tangga, terutama terkait kepercayaan dan rasa aman pasangan. Ketika salah satu pihak merasa tidak bebas menyampaikan pendapat atau takut melakukan kesalahan karena khawatir akan diabaikan, suasana hubungan akan dipenuhi ketegangan dan ketidakpastian. Keadaan tersebut juga berpeluang menumbuhkan jarak emosional yang semakin melebar, sehingga komunikasi dan keintiman dalam pernikahan menjadi terganggu.

c. Mengganggu Tumbuh Kembang Anak.

Apabila *silent treatment* terjadi di hadapan anak-anak, mereka cenderung memandang tindakan mendingkan sebagai model penyelesaian konflik yang normal. Akibatnya, anak dapat meniru pola komunikasi pasif-agresif dan mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara sehat. Dalam jangka panjang, mereka berpotensi tumbuh menjadi individu yang menghindari konflik, kurang terbuka secara emosional, serta memiliki kecenderungan untuk menekan perasaan daripada mengomunikasikannya secara konstruktif.<sup>20</sup>

### C. Pandangan Hukum Islam Tentang *Silent Treatment*.

Dalam Islam, komunikasi yang baik dan keharmonisan keluarga merupakan nilai yang sangat dijunjung tinggi. Oleh karena itu, praktik *silent treatment* yang dilakukan secara sengaja dan berkepanjangan berpotensi bertentangan dengan prinsip-prinsip syariah, terutama jika tindakan tersebut menimbulkan keretakan rumah tangga, kekerasan emosional, atau mengabaikan hak dan kewajiban antar anggota keluarga. Dalam perspektif hukum Islam, *silent treatment* yang dilakukan secara berlebihan atau bertujuan menyakiti pasangan jelas bertentangan dengan prinsip kasih sayang, keadilan, dan *mu'asyarah bi al-ma'ruf*. Islam menganjurkan penyelesaian konflik melalui komunikasi yang sehat dan akhlak yang mulia, bukan melalui pembungkaman atau pengabaian. Dengan demikian, tindakan mendingkan pasangan sebagai strategi konflik tidak sejalan dengan etika keluarga dalam Islam dan perlu dikaji lebih lanjut dalam konteks hukum keluarga.

*Silent treatment* atau tindakan mendingkan pasangan secara sengaja dalam jangka waktu tertentu merupakan bentuk komunikasi pasif-agresif yang berpotensi menimbulkan gangguan emosional dalam hubungan keluarga. Dalam perspektif hukum Islam, komunikasi yang sehat, terbuka, dan dilandasi kasih sayang menjadi salah satu pilar utama dalam membangun rumah tangga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah. Islam tidak hanya mengatur aspek lahiriah hubungan suami istri, tetapi juga menekankan etika batin dalam interaksi keluarga, termasuk dalam hal komunikasi antar pasangan. Lebih lanjut, Islam

<sup>19</sup> Kipling D. Williams, *ibid* hlm. 19–21

<sup>20</sup> Jennifer Lehr, *ParentSpeak: What's Wrong with How We Talk to Our Children—and What to Say Instead*, (New York: Workman Publishing, 2017), hlm. 59–60



melarang segala bentuk perilaku yang menyakiti pasangan secara batin. Hal ini sejalan dengan ketentuan dalam QS. An-Nisa ayat 19, yang menegaskan pentingnya memperlakukan istri dengan baik dan adil serta menjauhkan sikap yang merugikan pasangan dalam rumah tangga.

Istilah *wa 'āshirūhunna* dapat dipahami sebagai anjuran untuk bergaul dengan istri secara baik dan penuh penghormatan. Sementara itu, *bil-ma'rūf* berarti dengan cara yang baik, layak, serta sesuai dengan norma kebaikan yang berlaku. Makna kedua istilah tersebut tidak terbatas pada aspek verbal semata, melainkan mencakup seluruh bentuk interaksi dalam rumah tangga, termasuk komunikasi, perilaku sehari-hari, tanggung jawab emosional, hingga hubungan seksual. Konsep *ma'rūf* menegaskan nilai-nilai keadilan, kasih sayang, akhlak mulia, serta kepatutan sosial yang menjadi standar hubungan dalam masyarakat Islam.<sup>21</sup> Menurut tafsir Ibnu Katsir, ayat tersebut memerintahkan suami untuk memperlakukan istri dengan baik dalam ucapan maupun tindakan. Perlakuan baik ini mencakup pemenuhan nafkah, tutur kata yang lembut, serta menghindari tindakan kasar atau yang dapat menyakiti hati pasangan. Dengan demikian, prinsip perlakuan yang baik menjadi pedoman yang harus dijaga dalam interaksi suami istri agar hubungan rumah tangga tetap harmonis.<sup>22</sup>

Makna *Ma'rūf* adalah berbuat baik kepada istri, memperlakukan mereka dengan baik, tidak menyakiti mereka, bersikap lemah lembut dan penuh kasih. Yakni, ucapkanlah perkataan yang baik kepada mereka, dan perbaiki akhlak serta perbuatan kalian terhadap mereka, sebagaimana kalian menyukai hal tersebut dari mereka, maka lakukanlah juga kepada mereka. Nabi SAW tidak pernah menyakiti istri-istrinya, baik secara fisik maupun emosional. Ini menjadi teladan bagi umat Islam agar dalam kondisi apa pun, komunikasi dan kebaikan tetap dijaga. Nabi Muhammad SAW melarang umat muslim mendiamkan lebih dari tiga hari, sesuai dengan hadis yang diriwayatkan oleh Bukhori Muslim

لَا يَحِلُّ لِمُسْلِمٍ أَنْ يَهْجُرَ أَخَاهُ فَوْقَ ثَلَاثِ

"Tidak halal bagi seorang Muslim mendiamkan saudaranya lebih dari tiga hari."  
(HR. Bukhari No. 6077;)<sup>23</sup>

Jika mendiamkan sesama Muslim selama lebih dari tiga hari tidak diperbolehkan, maka hal tersebut menjadi lebih berat ketika dilakukan terhadap pasangan hidup yang memiliki ikatan pernikahan dan tanggung jawab hukum yang jelas. Dalam perspektif hukum keluarga Islam, pernikahan bukan sekadar hubungan sosial, tetapi juga kontrak syar'i yang menimbulkan hak dan kewajiban bagi suami istri. Oleh karena itu, praktik *silent treatment* yang berkepanjangan dapat dipandang sebagai bentuk pelanggaran terhadap kewajiban suami istri, terutama kewajiban untuk bergaul dengan baik (*mu'āsyarah bi al-ma'rūf*), menjaga kehormatan, serta memenuhi kebutuhan psikologis dan emosional pasangan. Secara yuridis, perilaku ini dapat menimbulkan konsekuensi hukum dalam kerangka fikih keluarga, karena dapat mengarah pada tindakan *zulm*

<sup>21</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah*, Vol. 2, Cetakan VI, Jakarta: Lentera Hati, 2006, hlm. 381.

<sup>22</sup> Al-Hafizh Isma'il bin Umar bin Katsir ad-Dimasyqi *Katsir, Tafsir Al Qur'an Al-Adzim.*, tt. Dar Al Fikr: Beirut Lebanon

<sup>23</sup> Muhammad Bin Ismail al- Bukhari, *Shahih al-Bukhari*, Dar al-Fikr: Beirut; no. 6077



(kezaliman) yang merugikan salah satu pihak. Jika *silent treatment* menyebabkan penderitaan psikologis yang berat, hal tersebut dapat menjadi alasan yang sah untuk mengajukan upaya penyelesaian rumah tangga, seperti mediasi, pembinaan, atau bahkan talak/khulu' jika perilaku tersebut terus berulang dan merusak ikatan pernikahan. Dengan demikian, larangan Nabi SAW terhadap mendiamkan sesama Muslim menjadi landasan normatif yang memperkuat posisi bahwa *silent treatment* dalam rumah tangga bukan sekadar masalah komunikasi, melainkan juga masalah hukum keluarga yang harus ditangani secara serius. Nabi Muhammad memberikan teladan bagi umatnya dengan cara uswatun hasanah sesuai dengan hadist yang diriwayatkan oleh Imam Tirmidzi

خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِيهِ، وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي

"Sebaik-baik kalian adalah yang paling baik terhadap keluarganya, dan aku adalah yang paling baik terhadap keluargaku." (HR. Tirmidzi No. 3895).<sup>24</sup>

Nabi Muhammad SAW menegaskan bahwa kebaikan terhadap keluarga merupakan salah satu ukuran kebaikan seorang Muslim. Dalam konteks rumah tangga, hal tersebut mencakup pembinaan komunikasi yang sehat, saling pengertian, dan sikap yang menghormati pasangan. Oleh karena itu, tindakan mendiamkan pasangan tanpa alasan yang dibenarkan jelas tidak selaras dengan karakteristik akhlak terbaik yang seharusnya dimiliki seorang suami. *Silent treatment* yang disengaja justru bertentangan dengan prinsip kebaikan dan kasih sayang yang diajarkan dalam Islam. Nabi Muhammad memberikan teladan untuk umatnya agar selalu berlaku baik kepada istri dengan berwasiat kepada istrinya, sesuai dengan hadis yang diriwayatkan oleh Imam Muslim

اسْتَوْصُوا بِالنِّسَاءِ خَيْرًا

Berwasiatlah kalian untuk berbuat baik kepada para wanita." (HR. Muslim No. 1468)<sup>25</sup>

Dalam hadits ini, Nabi Muhammad SAW menekankan pentingnya suami untuk berbuat baik kepada istri, yang mencakup menjaga komunikasi yang sehat dan tidak mendiamkan istri tanpa alasan yang jelas. Penggunaan *silent treatment* sebagai cara untuk menghukum atau menghindar dari konflik jelas bertentangan dengan ajaran Nabi yang mengajarkan suami untuk memperlakukan istri dengan kasih sayang, kelembutan, dan kebaikan. Sikap seperti ini tidak hanya merusak keharmonisan rumah tangga, tetapi juga mengabaikan prinsip dasar Islam dalam menjaga hubungan keluarga yang penuh kedamaian. Oleh karenanya *Silent treatment* dapan dihindarkan jika kedua belah pihak yakni antara suami dan istri sam-sama memiliki hati yang lapang, yang bisa memafkan masing-masing kesalahan pasangannya. Dalam pandangan Islam, **komunikasi dan kasih sayang adalah kunci dalam menyelesaikan perselisihan**, bukan dengan menghindari atau mendiamkan. Kemudian bagi seorang suami juga harus ingat dengan konsep *mu'asharah bi al-ma'ruf* atau bergaul secara ma'ruf merupakan prinsip dasar dalam ajaran Islam mengenai hubungan suami istri. Istilah *ma'ruf* berasal dari akar kata "arafa" yang berarti mengenal, mengetahui, dan bersikap

<sup>24</sup> Abu Isa Muhammad bin Isa At-tirmidzi *Sunan At-Tirmidzi*, Dar-al-Fikr: Beirut: Lebanon

<sup>25</sup> Abul Husain Muslim bin Hajjaj a-Inaisaburi, *Sahih Muslim*, :Beirut :Dar-al-Kutub al-islami: (2007): Hlm. 137.



sesuai dengan norma kebaikan yang dikenal secara umum dan disyariatkan. Dalam konteks rumah tangga, *ma'ruf* mengandung makna memperlakukan pasangan dengan akhlak yang baik, komunikasi yang sehat, kasih sayang, dan keadilan.

Dalam konteks ini, tindakan mendiamkan pasangan (*silent treatment*) dalam waktu yang lama, terutama jika bertujuan untuk menghukum atau menjauh tanpa adanya penyelesaian yang jelas, jelas bertentangan dengan perintah untuk bergaul dengan baik (*ma'rūf*). Rasulullah SAW sendiri adalah teladan dalam menjaga komunikasi yang baik dengan istri-istrinya, beliau tidak pernah menyakiti mereka, baik secara fisik maupun psikologis. Bahkan ketika marah, beliau tetap menjaga adab komunikasi dan tidak membiarkan perasaan marah merusak hubungan dengan keluarganya. Oleh karena itu, dalam penyelesaian konflik rumah tangga, Islam sangat menganjurkan untuk selalu menjaga komunikasi yang baik, memberikan nasihat dengan bijak, dan menghindari penggunaan diam sebagai alat untuk menyakiti. Perilaku *silent treatment* jelas bukanlah bentuk komunikasi yang sesuai dengan prinsip *ma'rūf* dalam Islam, karena lebih mengarah pada pengabaian dan pelecehan emosional. Islam menawarkan solusi dalam menghadapi konflik rumah tangga melalui dialog yang konstruktif, nasihat yang penuh kasih sayang, dan kesabaran, bukan dengan mengabaikan pasangan

### SIMPULAN

Kajian terhadap fenomena *silent treatment* dalam keluarga dari perspektif hukum keluarga Islam menunjukkan bahwa perilaku ini tidak dapat dipandang sebagai masalah komunikasi semata, melainkan juga sebagai persoalan hukum dan etika keluarga. *Silent treatment* yang dilakukan secara sengaja, berulang, dan berkepanjangan berpotensi melanggar prinsip-prinsip syariah, terutama jika tidak ada alasan yang dibenarkan secara agama dan melebihi batas yang diperbolehkan. Dalam konteks pernikahan, suami istri terikat oleh kontrak syar'i yang memuat hak dan kewajiban masing-masing. Oleh karena itu, tindakan mendiamkan pasangan sebagai bentuk hukuman atau kontrol komunikasi dapat merusak hak-hak tersebut, sekaligus mengabaikan nilai keadilan dan kasih sayang yang menjadi landasan hubungan rumah tangga dalam Islam. Secara normatif, QS. An-Nisa ayat 19 menegaskan bahwa suami wajib memperlakukan istri dengan baik, baik dalam ucapan maupun perilaku, termasuk menjaga komunikasi dan tidak menyakiti hati istri. Tafsir Ibnu Katsir menegaskan bahwa sikap baik tersebut mencakup pemenuhan nafkah, tutur kata lembut, dan penghindaran perilaku kasar. Ketentuan ini menjadi dasar bahwa *silent treatment* sebagai strategi konflik jelas bertentangan dengan prinsip *mu'āsarah bi al-ma'rūf* yang menuntut interaksi yang penuh adab dan tanggung jawab. Bahkan, hadits yang melarang mendiamkan sesama Muslim lebih dari tiga hari memperkuat posisi bahwa perilaku ini tidak layak dilakukan, apalagi dalam relasi suami istri yang seharusnya dibangun atas dasar mawaddah dan rahmah.

Dari sisi konsekuensi hukum keluarga, *silent treatment* dapat dikategorikan sebagai bentuk *zulm* (kezaliman) apabila menimbulkan penderitaan psikologis yang



serius dan mengabaikan kewajiban suami istri. Dalam praktik fikih keluarga, tindakan semacam ini dapat menjadi dasar legitimasi upaya penyelesaian konflik, mulai dari mediasi dan pembinaan rumah tangga hingga langkah hukum yang lebih serius bila perilaku tersebut terus berulang dan mengancam kelangsungan pernikahan. Dengan demikian, *silent treatment* bukan hanya masalah interpersonal, tetapi juga persoalan hukum keluarga yang harus ditangani secara serius agar tidak merusak stabilitas rumah tangga. Sebagai respons, Islam menegaskan pentingnya penyelesaian konflik melalui dialog, musyawarah, dan nasihat yang penuh hikmah. Prinsip komunikasi sehat dan pengendalian emosi menjadi kunci agar rumah tangga tetap harmonis. Oleh karena itu, keluarga Muslim perlu mengedepankan komunikasi terbuka, saling memahami, dan meneladani akhlak Nabi SAW dalam menjaga hubungan dengan pasangan. Untuk pengembangan ke depan, perlu adanya edukasi dan pembinaan yang lebih sistematis mengenai dampak psikologis *silent treatment* serta penerapan prinsip-prinsip hukum keluarga Islam dalam praktik sehari-hari. Penelitian lanjutan juga dapat dilakukan secara empiris untuk mengukur tingkat prevalensi *silent treatment* dan efektivitas strategi penyelesaian konflik yang berbasis syariah, sehingga dapat menghasilkan rekomendasi yang lebih aplikatif bagi masyarakat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abu Isa Muhammad bin Isa At-tirmidzi *Sunan At-Tirmidzi*, Beirut: Dar-al-Fikr.
- Abul Husain Muslim bin Hajjaj al-naisaburi, 2007, *Sahih Muslim*, Beirut :Dar-al-Kutub al-islami.
- al-Zuhaili, Wahbah, 2007, *al-Fiqh al-Islami wa Adillatuhu*, Jilid VII, Damaskus: Dar al-Fikr.
- American Psychological Association, "Emotional Abuse," APA Dictionary of Psychology, diakses 24 April 2025, <https://dictionary.apa.org/emotional-abuse>
- Azizi, A. Qodri, 2002, *Eklektisisme Hukum Nasional Kompetisi Antara Hukum Islam dan Hukum Umum*, Yogyakarta: Gema Media.
- Baidan, Nasrudin, 2015, *Perkembangan Tafsir Al- Qur'an Di Indonesia*, Solo : Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Braiker, Harriet B., 2004, *Who's Pulling Your Strings? How to Break the Cycle of Manipulation*, New York: McGraw-Hill.
- Bunyamin, Mahmudin & Agus Hermanto , 2017, *Hukum Perkawinan Islam*, Bandung: Pustaka Setia.
- Elsener, Sumantara, 2023, *"Love Your Self Better" Silent Treatment konflik dalam pernikahan*, Jakarta: Gagas Media.
- Evanirosa dkk., 2022, *Metode Penelitian Kepustakaan*, Bandung: CV Media Sains Indonesia.
- Hadikusuma, Himan, 2007, *Hukum Perkawinan Indonesia Menurut Perundangan, Hukum Adat, hukum Agama*, Bandung: Mandar Maju.
- Hermanto, Agus, & Rohmi Yuhaniah, 2024, *Psikologi Keluarga dan Pernikahan*, Malang: Literas Nusantara Abadi.



- Isma'il bin Umar bin Katsir ad-Dimasyqi *Katsir, Tafsir Al Qur'an Al-Adzim.*, Beirut: Dar Al Fikr, tt.
- Kusuma, Bagoes, 2023, *'Reception Analysis Tentang Silent Treatment Pada Film "The Story Of Kale: When Someone 's In Love"*, 3.
- Lehr, Jennifer, 2017, *ParentSpeak: What's Wrong with How We Talk to Our Children—and What to Say Instead*, New York: Workman Publishing.
- Millah, Saiful & Asep Saepudin Jahar, 2019, *Dualisme Hukum Perkawinan Islam di Indonesia*, Jakarta: Amzah.
- Muhammad Bin Ismail al- Bukhari, *Shahih al-Bukhari*, Beirut: Dar al-Fikr.
- Preston Ni, "10 Things to Know About the Silent Treatment," *Psychology Today*, 2013
- Shihab, M. Quraish, 2006, *Tafsir Al-Mishbah*, Vol. 2, Cetakan VI, Jakarta: Lentera Hati.
- Sugiyono, 2024, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga, Pasal 1 Ayat (1).
- Williams, Kipling D., 2001, *Ostracism: The Power of Silence*, New York: Guilford Press.
- Zahrah, Muhammad Abu, 1997, *Ushul al-Fiqh*, Beirut: Dar al-Fikr al-'Arabi.