

Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Kebahagiaan Pernikahan pada Suami Istri yang Bekerja di Desa Punggur Kecil

Ghezi Rifta Ayara Airhanda¹, Risna Hayati², Riszky Ramadhan³

Email : gheziriftaayaraairhanda@gmail.com¹, risnahayati@unmuhpnk.ac.id²,

riszkyramadhan@unmuhpnk.ac.id³

Universitas Muhammadiyah Pontianak^{1,2,3}

Abstrak

Pernikahan merupakan ikatan yang diakui secara hukum dan agama antara pria dan wanita. Pernikahan yang terjadi di masyarakat Desa Punggur Kecil menunjukkan adanya penurunan tingkat kebahagiaan dalam hubungan suami istri. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kalimantan Barat (2023), tercatat 798 kasus perceraian di Kubu Raya, dan menurut Pengadilan Agama Tinggi Sungai Raya (2024), penyebab utama perceraian adalah perselisihan dan pertengkar yang terjadi secara terus-menerus. Hasil wawancara awal dengan beberapa pasangan menunjukkan bahwa kesibukan dalam pekerjaan mengurangi waktu kebersamaan, sehingga komunikasi menjadi kurang efektif dan berdampak pada kebahagiaan pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal dan kebahagiaan pernikahan pada suami istri yang bekerja di Desa Punggur Kecil. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan teknik *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*, melibatkan 33 pasangan suami istri. Data dikumpulkan menggunakan skala *likert* dan dianalisis menggunakan teknik korelasi *Product Moment Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$), yang berarti terdapat hubungan positif dan signifikan antara komunikasi interpersonal dan kebahagiaan pernikahan. Semakin tinggi komunikasi interpersonal, maka semakin tinggi pula kebahagiaan pernikahan. Sebanyak 56,1% responden berada pada kategori kebahagiaan pernikahan rendah, sementara 84,8% berada pada kategori komunikasi interpersonal sedang. Koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,638 menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal memberikan kontribusi sebesar 40% terhadap kebahagiaan pernikahan.

Kata Kunci: kebahagiaan pernikahan, komunikasi interpersonal, suami istri bekerja.

Abstract

Marriage is a legal and religious bond between a man and a woman. In the community of Punggur Kecil Village, there has been a noticeable decline in the level of marital happiness among couples. Based on data from the Central Bureau of Statistics of West Kalimantan (2023), a total of 798 divorce cases were recorded in Kubu Raya. Furthermore, the Religious High Court of Sungai Raya (2024) identified continuous disputes and conflicts as the primary causes of divorce. Preliminary interviews with several couples indicated that work-related busyness reduced quality time between partners, resulting in ineffective communication and decreased marital satisfaction. This study aims to examine the relationship between interpersonal communication and marital happiness among working couples in Punggur Kecil Village. The research employed a quantitative method using non-probability sampling, specifically purposive sampling, involving 33 married couples. Data were collected through a Likert scale questionnaire and analyzed using the Pearson Product Moment correlation technique. The results revealed a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a positive and significant relationship between interpersonal communication and marital happiness. The findings showed that 56.1% of respondents experienced low marital happiness, while 84.8% demonstrated a moderate level of interpersonal communication. The coefficient of determination ($r^2 = 0.638$) indicates that interpersonal communication contributes 40% to marital happiness, with the remaining 60% influenced by other unexamined factors.

Keywords: interpersonal communication, marital happiness, working couples.

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan suatu ikatan yang diakui secara hukum negara dan agama antara pria dan wanita, yang saling

berbagi tanggung jawab untuk membangun rumah tangga dalam memenuhi kewajiban agama dan kebutuhan hidup, seperti cinta, kasih sayang, kedamaian, rasa aman, dan

hubungan seksual, dengan tujuan mencapai kebahagiaan (Hermanto dan Rohmi, 2024). Kata nikah menurut bahasa berarti merangkul dan mempertemukan. Istilah nikah sendiri memiliki makna yang lebih kuat yang artinya menghubungkan antara dua jenis manusia dengan tujuan untuk dapat hidup bersama (Rahmawati, 2021). Menurut Munandar (dalam Iqbal, 2018), pernikahan adalah suatu ikatan antara laki-laki dan perempuan yang permanen, dan ditentukan oleh kebudayaan dengan tujuan mendapatkan kebahagiaan. Beberapa alasan yang membuat pernikahan diusia lima tahun rentan masalah yaitu salah satunya masalah komunikasi dan terlalu sibuk bekerja sehingga membuat hubungan pernikahan terasa hambar dan rentan bermasalah (Kinan, 2020).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Kalimantan Barat (2023), terdapat 798 jumlah kasus perceraian di Kubu Raya. Menurut Pengadilan Agama Tinggi Sungai Raya (2024), menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor penyebab perceraian, dengan faktor utama yang paling dominan adalah perselisihan dan pertengkaran terus menerus. Salah satu pemicu utama dari perselisihan dalam rumah tangga adalah komunikasi yang kurang efektif. Ketika anggota keluarga kesulitan menyampaikan perasaan dan kebutuhan mereka dengan

jelas, hal ini dapat menimbulkan kesalahpahaman, konflik, serta kurangnya kedekatan emosional. Jika dibiarkan, kondisi ini dapat memicu ketegangan yang berujung pada perpecahan dalam pernikahan (Sari, 2022). Di sisi lain, kebahagiaan menjadi faktor penting yang mempengaruhi kelangsungan dan kualitas hubungan pernikahan. Menurut Firdaus et al. (2021), kebahagiaan pernikahan merupakan kondisi emosi positif yang dirasakan oleh pasangan suami istri, meliputi kepuasan, rasa cinta, keintiman, dan komitmen. Faktor-faktor tersebut saling mendukung dalam menciptakan hubungan yang harmonis dan stabil. Oleh karena itu, kebahagiaan dalam pernikahan perlu dijaga agar hubungan tetap harmonis dan stabil. Salah satu cara untuk mencapai hal tersebut adalah dengan membangun komunikasi yang sehat, karena komunikasi yang baik dapat membantu pasangan saling memahami, menghindari kesalahpahaman, serta mencegah konflik yang berpotensi berujung pada perceraian.

Berdasarkan hasil wawancara dengan delapan pasangan di Desa Punggur Kecil yang telah menikah lebih dari lima tahun, ditemukan bahwa enam pasangan mengalami penurunan kebahagiaan dalam pernikahan seiring berjalannya waktu. Salah satu faktor utama yang menyebabkan penurunan kebahagiaan adalah kurangnya

komunikasi yang efektif akibat kesibukan bekerja, yang mengurangi waktu berkualitas bersama pasangan. Akibatnya, pengetahuan tentang pasangan pun berkurang, di mana suami istri tidak lagi memahami perubahan dalam kehidupan satu sama lain. Cara memahami kondisi pasangan telah berubah dan tidak lagi sama seperti di awal pernikahan. Beberapa suami, seperti E, D, dan R, menyatakan bahwa memahami kondisi pasangan seperti saat awal pernikahan sudah tidak relevan lagi, karena selama pasangan dalam keadaan sehat, tidak ada hal yang perlu dikhawatirkan. Namun, berbeda dengan istri Y yang justru merindukan kehangatan dan kedekatan emosional seperti dulu, ketika ia dan suaminya masih sering berbicara tentang banyak hal, bahkan yang kecil sekalipun, sehingga merasa lebih dekat dan saling memahami. Kini, komunikasi mereka terbatas pada urusan rumah tangga dan anak-anak, membuat hubungan terasa lebih jauh dan kurang hangat. Hal serupa juga dirasakan oleh lima istri lainnya, yang mengungkapkan bahwa pernikahan mereka kini lebih terasa seperti sekadar tinggal bersama daripada benar-benar hidup bersama. Mereka merasa tidak memiliki waktu yang tepat untuk berbicara atau berbagi cerita dengan pasangan, bahkan saat mereka lelah dan ingin didengar. Kondisi ini semakin diperparah

oleh keterbatasan waktu bersama akibat kesibukan masing-masing pasangan. Seperti yang dialami M, istrinya yang bekerja sebagai asisten rumah tangga dengan jam kerja tidak menentu, terkadang pulang larut malam bahkan menginap di rumah majikannya, membuat kebersamaan mereka sangat terbatas. M sempat meminta istrinya untuk berhenti bekerja agar bisa menghabiskan lebih banyak waktu bersama, tetapi istrinya menolak dengan alasan ingin membantu meningkatkan stabilitas keuangan keluarga. Meskipun demikian, banyak pasangan yang masih berharap dapat menciptakan makna bersama dalam pernikahan mereka, seperti membangun kehidupan rumah tangga yang lebih harmonis dan merasakan kebahagiaan yang lebih mendalam. Selain itu, beberapa pasangan juga merasakan berkurangnya rasa suka dan kagum terhadap pasangannya. Jika di awal pernikahan mereka masih sering menunjukkan apresiasi dan berpikir positif tentang pasangan, kini seiring bertambahnya tanggung jawab dan tekanan hidup, mereka lebih fokus pada pekerjaan serta urusan rumah tangga. Akibatnya, penghargaan kecil yang dulu sering diberikan mulai terabaikan, membuat pasangan merasa kurang dihargai dan diperhatikan, yang pada akhirnya mengurangi rasa keintiman dalam hubungan.

Kurangnya komunikasi dan penghargaan juga berpengaruh pada cara pasangan dalam menghadapi konflik. Sebagian besar pasangan merasa kesulitan menerima pengaruh dari pasangan, sehingga mulai mengambil keputusan sendiri tanpa banyak berdiskusi atau mempertimbangkan pendapat pasangannya. Beberapa pasangan bahkan merasa bahwa meminta pendapat pasangan hanya memperburuk keadaan, seperti yang dialami N, yang akhirnya memilih membuat keputusan sendiri karena suaminya cenderung menyalahkan daripada membantu mencari solusi. Selain itu, banyak pasangan yang kurang mampu mengatasi perbedaan pendapat secara efektif, bahkan cenderung menghindari konfrontasi atau memilih diam daripada berdiskusi. Akibatnya, masalah yang tidak terselesaikan terus menumpuk dan memperburuk hubungan, seperti yang dialami S, di mana suaminya lebih mementingkan ego dan membiarkan konflik berlarut-larut tanpa penyelesaian yang bijak. Saat ditanya tentang tingkat kebahagiaan dalam pernikahan, sebagian besar pasangan memberikan nilai tujuh dari 10, yang menunjukkan bahwa mereka masih memiliki harapan akan kebahagiaan yang lebih besar pada pernikahan mereka di masa depan, terutama setelah memiliki anak. Banyak pasangan yang

menginginkan kebahagiaan pernikahan dan komunikasi yang lebih baik, namun merasa terhambat oleh kesibukan sehari-hari yang membuat pasangan tersebut sulit meluangkan waktu. Keinginan untuk kembali ke masa awal pernikahan yang lebih hangat dan efektif mencerminkan pentingnya komunikasi yang terbuka serta perhatian terhadap perasaan pasangan sebagai elemen kunci dalam menjaga kebahagiaan pernikahan.

Kebahagiaan ini sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah komunikasi interpersonal antara pasangan. Komunikasi interpersonal yang berkaitan dengan keterampilan berkomunikasi pendalam dalam memberikan empati, kesabaran, serta keterbukaan merupakan bagian utama dalam membina komunikasi yang harmonis dan menghindari dari konflik dalam hubungan pernikahan (Laila et al., 2024). Kebahagiaan pernikahan akan semakin tinggi jika komunikasi yang efektif antara pasangan suami istri (Wardani et al, 2019). Kemudian apabila komunikasi interpersonal yang dilakukan efektif maka kebahagiaan pernikahan akan tercapai (Nurhayati, 2017).

Komunikasi merupakan sebuah fenomena sosial yang terjadi ketika individu saling berinteraksi (Dewi, dkk., 2024). Komunikasi adalah proses interaksi manusia untuk saling memahami atau

memaknai pesan yang disampaikan antara pihak pemberi pesan dan penerima pesan (Caropeboka, 2017). Menurut Hendrayady dkk. (2024), salah satu jenis komunikasi berdasarkan ruang lingkup tatanan komunikasi adalah komunikasi personal, yang terdiri dari komunikasi intrapersonal dan komunikasi interpersonal. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, yang berfungsi sebagai sarana untuk menyampaikan dan menerima pikiran, informasi, ide, perasaan, bahkan emosi, hingga tercapai pemahaman yang serupa antara pihak yang berkomunikasi (Abidin, 2022).

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pasangan suami istri kurang mampu menjalin komunikasi interpersonal yang efektif. Padahal salah satu tujuan komunikasi interpersonal menurut Muhammad (dalam Rahmi, 2021), yaitu membentuk dan menjaga hubungan penuh arti, melalui komunikasi interpersonal ini akan membentuk dan memelihara hubungan dengan orang lain, komunikasi interpersonal ini akan terbentuk suatu jalinan yang didasarkan karena perasaan keterkaitan antara pihak yang melakukan komunikasi. Pasangan menghadapi kesulitan dalam menyampaikan dan

memahami pikiran serta perasaan satu sama lain. Ketidakmampuan ini terlihat dari rendahnya kemampuan mereka dalam memecahkan masalah bersama, mengatasi perbedaan, atau saling mendekatkan diri. Hal ini mengindikasikan bahwa komunikasi interpersonal yang mereka lakukan belum mencapai tingkat pemahaman bersama, seperti yang ditekankan oleh Abidin (2022) bahwa, efektivitas komunikasi interpersonal ditentukan oleh kemampuan individu untuk mengkomunikasikan secara jelas apa yang ingin disampaikan, menciptakan kesan yang diinginkan, atau mempengaruhi orang lain sesuai kehendak. Penurunan kualitas komunikasi yang terjadi seiring waktu akibat kesibukan masing-masing pasangan menjadi salah satu faktor penghambat kebahagiaan pernikahan. Sehingga ini menyebabkan pesan-pesan yang disampaikan sering kali tidak jelas atau tidak diterima sesuai dengan maksud awalnya, yang menunjukkan betapa pentingnya komunikasi interpersonal yang efektif untuk menjaga kebahagiaan dalam pernikahan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maknun (2020), yang menunjukkan adanya hubungan antara komunikasi interpersonal dan kebahagiaan pernikahan pada pasangan yang sama-sama bekerja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk

mengeksplorasi bagaimana kualitas komunikasi mempengaruhi tingkat kebahagiaan dalam pernikahan, dengan pemahaman ini penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan yang bermanfaat dalam meningkatkan kebahagiaan pernikahan melalui upaya menjaga komunikasi interpersonal yang efektif bagi pasangan suami istri yang bekerja.

KAJIAN PUSTAKA

Kebahagiaan dalam pernikahan tercipta ketika pasangan saling menghormati, memahami secara mendalam hal-hal yang disukai dan tidak disukai oleh pasangan, mengenal kepribadian, harapan, serta impian satu sama lain, dan mampu mengungkapkan keinginan mereka dengan jelas (Gottman, 2015). Pemahaman ini relevan dengan pandangan Firdaus dkk. (2021), yang mendefinisikan kebahagiaan pernikahan sebagai kondisi emosi positif yang dirasakan pasangan suami istri, meliputi kepuasan, rasa cinta, keintiman, dan komitmen. Selain itu, menurut Fincham (dalam Yani, dkk. 2024), kebahagiaan pernikahan dapat diartikan sebagai evaluasi yang dilakukan oleh pasangan untuk menggambarkan rasa kesejahteraan atau kepuasan yang dirasakan dalam hubungan pernikahan. Aspek-aspek kebahagiaan pernikahan menurut Gottman (2015), terdapat beberapa aspek kebahagiaan yaitu pengetahuan tentang pasangan, memelihara

rasa suka dan kagum, saling mendekati, menerima pengaruh dari pasangan, kemampuan memecahkan masalah, mengatasi perbedaan pendapat, dan menciptakan makna bersama. Menurut Herawati (2012), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pernikahan yaitu penerimaan, keterbukaan, pedoman agama dan kesamaan keimanan, keharmonisan, komunikasi antar pasangan, kebersamaan dan kerja sama, saling memberi dan menerima, saling menghormati dan menghargai, kesetiaan, kepribadian positif, dan kehadiran anak.

Komunikasi interpersonal merupakan interaksi antara dua orang atau lebih secara langsung, di mana setiap individu memiliki peluang untuk menerima respons terhadap pesan yang disampaikan oleh komunikator secara langsung, baik melalui kata-kata maupun isyarat nonverbal (Roem dan Sarmiati, 2019). Hal ini menunjukkan pentingnya peran umpan balik dalam menjaga kelancaran proses komunikasi. Selain itu, komunikasi interpersonal dapat diartikan sebagai interaksi antara dua atau di antara sekelompok kecil orang. Dalam studi komunikasi interpersonal, komunikasi yang paling sering ditekankan adalah komunikasi yang bersifat berkelanjutan dan pribadi (bukan sementara dan impersonal). Komunikasi ini terjadi antara individu yang

memiliki hubungan dekat, seperti teman, pasangan romantis, keluarga, dan rekan kerja. Hubungan ini bersifat saling bergantung, yang berarti bahwa tindakan satu orang memiliki dampak pada orang lain, apa pun yang dilakukan oleh satu individu akan memengaruhi individu lainnya (Devito, 2015). Aspek-aspek komunikasi interpersonal menurut Devito (2011), menyatakan bahwa terdapat lima aspek komunikasi interpersonal yang efektif, yaitu keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif, dan kesamaan. Menurut Ahmad (dalam Sitorus, 2020), terdapat tiga faktor yang mempengaruhi komunikasi interpersonal yaitu konsep diri, membuka diri, dan percaya diri.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah Pasangan Suami Istri Bekerja Di Desa Punggur Kecil yang berjumlah 120 pasangan (240 subjek). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah non probability sampling dengan jenis purposive sampling. Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah komunikasi interpersonal, sedangkan kebahagiaan pernikahan merupakan variabel terikat. Skala kebahagiaan pernikahan yang digunakan disusun berdasarkan aspek kebahagiaan pernikahan menurut Gottman (2015), yaitu pengetahuan tentang pasangan, memelihara

rasa suka dan kagum, saling mendekati, menerima pengaruh dari pasangan, kemampuan memecahkan masalah, mengatasi perbedaan pendapat, dan menciptakan makna bersama. Skala komunikasi interpersonal yang digunakan disusun berdasarkan aspek komunikasi interpersonal menurut Devito (2011), yaitu keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif, kesamaan.

Penelitian ini menggunakan studi penelitian kuantitatif yang mengadopsi desain korelasional. Uji normalitas dilakukan menggunakan metode *kolmogorov smirnov*. Uji Asumsi (hipotesis) yang digunakan adalah korelasi *product moment pearson* dengan program SPSS 25.0 for windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji validitas dilakukan dengan menggunakan validitas isi (*content validity*). Penilaian dilakukan oleh ahli (*expert judgment*) yaitu dosen pembimbing 1 dan pembimbing 2 untuk memastikan bahwa setiap item dalam skala telah mewakili aspek-aspek yang relevan berdasarkan landasan teori yang digunakan, sehingga alat ukur dinilai layak untuk digunakan dalam penelitian. Pemilihan aitem skala kebahagiaan pernikahan dan skala komunikasi interpersonal didasarkan pada kriteria dalam diskriminasi aitem menurut Periantalo (2016), yaitu

pergerakan indeks daya beda aitem minimal yang digunakan sebesar 0,30. Pada skala kebahagiaan pernikahan, dari 54 item yang diujikan terdapat 47 item yang dinyatakan sahih dan 7 item yang gugur, dengan hasil uji reliabilitas $\alpha = 0,970$. Skala komunikasi interpersonal, dari total 60 item yang diujikan terdapat 58 item yang dinyatakan sahih dan 2 item yang gugur, dengan hasil uji reliabilitas $\alpha = 0,973$.

Uji normalitas dilakukan menggunakan metode *kolmogorov smirnov* yang menyatakan data berdistribusi normal jika signifikansi (*p*) lebih besar ($>$) dari 0,05. Berdasarkan uji normalitas diketahui nilai *Asymp*, *Sig* (2-tailed) variabel komunikasi interpersonal (*X*) sebesar 0,096 lebih besar dari 0,05 dan variabel kebahagiaan pernikahan (*Y*) sebesar 0,200 lebih besar dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *X* (Komunikasi Interpersonal) dan *Y* (Kebahagiaan Pernikahan) berdistribusi normal.

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis berhubungan secara linier atau tidak. Jika *sig* pada *deviation from linearity* lebih dari $> 0,05$ maka dapat dikatakan antara variabel bebas dan variabel terikat terdapat hubungan yang linear. Sebaliknya jika *sig* pada *deviation from linearity* kurang dari $< 0,05$ maka dapat dikatakan antara variabel bebas dan variabel terikat

tidak terdapat hubungan yang linear. Berdasarkan hasil uji Linearitas diketahui *Sig. deviation from linearity* sebesar 0,618 lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan antara variabel bebas / *X* (Komunikasi Interpersonal) dan variabel terikat / *Y* (Kebahagiaan Pernikahan) terdapat hubungan yang linear.

Penelitian ini menggunakan metode analisis data dengan analisis statistik. Teknik statistik yang digunakan adalah korelasi *product moment pearson* dengan program SPSS 25.0 *for windows*. Teknik ini merupakan uji statistik yang digunakan untuk menguji hubungan antara dua variabel yaitu variabel *X* dan *Y*. Berdasarkan hasil uji korelasi diketahui *Sig.* (2 tailed) 0,00 lebih kecil dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel bebas / *X* (Komunikasi Interpersonal) dan variabel terikat / *Y* (Kebahagiaan Pernikahan) berkorelasi. Hal ini menunjukkan bahwa *Ha* diterima dan *Ho* ditolak, yang berarti terdapat hubungan antara komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan pernikahan. Besarnya kontribusi komunikasi interpersonal terhadap kebahagiaan pernikahan dapat dihitung dengan menggunakan rumus koefisien determinasi, yaitu $(r^2) \times 100\%$. Berdasarkan hasil perhitungan, nilai koefisien korelasi sebesar 0,638, maka $(0,638^2) \times 100\% = 40\%$. Hal ini

menunjukkan bahwa 40% kebahagiaan pernikahan dipengaruhi oleh komunikasi interpersonal, sedangkan 60% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti penerimaan, keterbukaan, keharmonisan, kebersamaan dan kerja sama, saling memberi dan menerima, saling menghormati dan menghargai, kesetiaan, kepribadian positif, dan kehadiran anak (Herawati, 2012). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wardani et al. (2019), yang juga menemukan adanya hubungan positif dan signifikan antara komunikasi interpersonal dan kebahagiaan pernikahan. Selain itu, Nurhayati (2017), juga menemukan bahwa komunikasi interpersonal dan pemaafan secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap kebahagiaan pernikahan.

Hasil kategorisasi variabel komunikasi interpersonal menunjukkan bahwa sebagian besar responden (84,8%) berada dalam kategori sedang, sementara 15,2% berada dalam kategori rendah, dan tidak terdapat responden dalam kategori tinggi. Hasil analisis skor aitem menunjukkan bahwa aitem dengan skor rata-rata tertinggi terdapat pada aspek empati dengan indikator kemampuan untuk menyampaikan pendapat dengan tepat, yaitu pada aitem yang menyatakan bahwa seseorang berusaha memahami perasaan

orang lain sebelum memberikan tanggapan. Sementara itu, aitem dengan skor rata-rata terendah juga terdapat di dalam aspek empati dengan indikator mampu menyampaikan pesan dengan cara yang tepat, yaitu pada aitem yang menyatakan bahwa seseorang merasa apa yang dipikirkannya sudah benar. Temuan ini sejalan dengan hasil wawancara awal, yang mengungkapkan bahwa banyak pasangan mengalami kesulitan dalam menjaga kualitas komunikasi akibat kesibukan kerja. Meskipun komunikasi interpersonal yang terjalin masih tergolong baik, namun belum sepenuhnya optimal dalam membangun keintiman emosional yang lebih mendalam. Aspek keterbukaan, dukungan, dan empati menjadi unsur penting dalam menjaga kualitas komunikasi, sebagaimana dikemukakan oleh DeVito (2011).

Sementara itu, hasil kategorisasi variabel kebahagiaan pernikahan menunjukkan bahwa sebagian besar pasangan (56,1%) memiliki tingkat kebahagiaan pernikahan yang rendah, 43,9% berada dalam kategori sedang, dan tidak ada pasangan yang menunjukkan tingkat kebahagiaan pernikahan tinggi. Hasil analisis skor aitem menunjukkan bahwa aitem dengan skor rata-rata tertinggi terdapat pada aspek menciptakan makna bersama dengan indikator memahami peran dalam keluarga, yaitu pada aitem yang

menyatakan bahwa bukan suatu kewajiban baginya untuk berperan dalam keluarga. Sementara itu, aitem dengan skor rata-rata terendah juga berada dalam aspek menciptakan makna bersama dengan indikator membangun rutinitas bersama yang mempererat hubungan, yaitu pada aitem yang menyatakan bahwa seseorang dan pasangannya rutin melakukan olahraga pagi bersama setiap hari minggu. Temuan ini menunjukkan adanya ketidakseimbangan dalam pencapaian aspek-aspek kebahagiaan pernikahan yang dikemukakan oleh Gottman (2015). Meskipun sebagian pasangan memahami peran mereka dalam keluarga, namun masih banyak yang belum mampu membangun rutinitas bersama secara konsisten untuk mempererat hubungan. Hal ini mencerminkan perlunya peningkatan kualitas interaksi sehari-hari dalam rumah tangga sebagai upaya untuk menciptakan makna bersama yang lebih kuat dan mendalam.

Hasil penelitian ini memperkuat literatur yang ada dan menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal merupakan salah satu fondasi utama dalam menciptakan pernikahan yang bahagia, terutama dalam konteks pasangan di mana kedua belah pihak sama-sama bekerja. Situasi di mana waktu bersama pasangan semakin terbatas akibat kesibukan pekerjaan, kemampuan

untuk membangun komunikasi yang terbuka, empatik, dan suportif menjadi semakin penting.

PENUTUP

Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan berdasarkan analisis data dan pembahasan, ditemukan adanya hubungan yang signifikan dan positif antara komunikasi interpersonal dengan kebahagiaan pernikahan dengan nilai koefisien sebesar $r = 0,638$, yang berarti semakin baik komunikasi interpersonal dalam suatu hubungan, maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan pernikahan pasangan tersebut. Komunikasi interpersonal memberikan kontribusi sebesar 40% terhadap kebahagiaan pernikahan, sementara 60% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Saran

Berdasarkan temuan bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat kebahagiaan pernikahan yang rendah dan komunikasi interpersonal sedang, disarankan penelitian selanjutnya menggunakan pendekatan eksperimen. Fokus dapat diarahkan pada efektivitas pelatihan komunikasi pasangan meliputi keterbukaan, empati, dan resolusi konflik dalam meningkatkan kebahagiaan pernikahan. Selain itu, intervensi seperti

konseling pernikahan berbasis psikologi positif atau *workshop* hubungan interpersonal juga berpotensi meningkatkan kelekatan emosional dan kesejahteraan relasional.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, S. (2022). *Komunikasi Antar Pribadi*. Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Barat. (2023). <https://kalbar.bps.go.id/>. Diakses 4 Desember 2024
- Caropeboka, R.M. (2017). *Konsep dan Aplikasi Ilmu Komunikasi*. Yogyakarta: ANDI.
- Data Pengadilan Agama Sungai Raya. (2024). <https://www.pasungairaya.go.id/>.
- De Vito, J.A. (2011). *Komunikasi Antarmanusia*. Edisi Kelima. Terjemah Oleh Agus Maulana. Jakarta: Karisma Publishing Group.
- De Vito, J.A. (2015). *Human Communication The Basic Course*. London: Pearson Education Limited.
- Dewi, N.P.S. dkk. (2024). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Widina Media Utama.
- Firdaus, F. et al. (2021). Komponen Cinta Dalam Pernikahan. *JPT Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makasar*. 6(2). <https://doi.org/10.26858/talenta.v6i2.21065>
- Gottman, J.M. (2015). *The Seven Principles For Making Marriage Work*. New York: Harmony Books.
- Hendrayady, A. dkk. (2023). *Mengenal Ilmu Komunikasi*. Batam: Yayasan Cendikia Mulia Mandiri.
- Herawati, N. (2012). Faktor-faktor yang Berpengaruh terhadap Kebahagiaan Pasangan Pada Masyarakat Madura. *Jurnal Ilmu Psikologi*. 3(1). <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v3i1.719>
- Hermanto, A. & Rohmi, Y. (2024). *Fiqih Munakahat : Kajian Tentang Problematika Pernikahan Kontemporer*. Purwokerto: Wawasan Ilmu.
- Iqbal, M. (2018). *Psikologi Pernikahan : Menyelami Rahasia Pernikahan*. Depok: Gema Insani.
- Kinan. (2020). *Usia Pernikahan 5 Tahun Rentan Masalah, Apa Penyebabnya*. HaiBunda. <https://www.haibunda.com/moms-life/20200730110843-68-154391/usia-pernikahan-5-tahun-rentan-masalah-apa-penyebabnya> Diakses 18 Januari 2025.
- Laila, H.N.A. et al. (2024). Pesan Non Verbal Dalam Komunikasi Interpersonal Suami Istri Dalam Pernikahan. *Karimah Tauhid*. 3 (6), 7033–7045. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i6.13976>
- Nurhayati. (2017). Hubungan Komunikasi Interpersonal dan Pemaafan dengan Kebahagiaan Suami Istri. *Jurnal Penelitian Ilmiah Intaj*. 1(2), 47-70. <https://doi.org/10.35897/intaj.v1i2.94>
- Periantolo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahmawati, T. (2021). *Fiqih Munakahat : Dari Proses Menuju Pernikahan*

- Hingga Hak dan Kewajiban Suami Istri.* Pamekasan: Duta Media Publishing.
- Rahmi, S. (2021). *Komunikasi Interpersonal dan Hubungannya Dalam Konseling.* Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Roem, E.R. & Sarmiati. (2019). *Komunikasi Interpersonal.* Malang: CV. IRDH.
- Sari, N.M. (2025). *Arti Broken Home: Memahami Dampak dan Solusi untuk Keluarga Terpecah.* Liputan6. <https://www.liputan6.com/feeds/read/5886084/arti-broken-home-memahami-dampak-dan-solusi-untuk-keluarga-terpecah?page=2> Diakses 6 Februari 2025.
- Sitorus, R.M.T. (2020). *Pengaruh Komunikasi Antarpribadi Pimpinan terhadap Motivasi Kerja.* Surabaya: Scopindo Media Pustaka.
- Wardani, R.N. et al. (2019). Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Kepuasan Pernikahan Pada Suami Istri Yang Berkarier. *Cognicia.* 7 (2), 241–257. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v7i2.9217>
- Yani, M. dkk. (2024). *Penguatan Ketahanan Keluarga Di Era Digital.* Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.