



## Legal Analysis of Silent Treatment Behavior and the Concept of Al-Hajr in Marital Relationships

Analisis Hukum terhadap Perilaku *Silent Treatment* dan Konsep Al-Hajr dalam Hubungan Pernikahan

**Farida Prima Prastista<sup>1\*</sup>, Laksani Ciptaning Tyas<sup>2</sup>, Rachmadini Ratna N<sup>3</sup>**

Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia  
University of Sydney, Sydney, Australia

E-mail: [faridapratista@unesa.ac.id](mailto:faridapratista@unesa.ac.id)<sup>1</sup>, [laksani.23584@mhs.unesa.ac.id](mailto:laksani.23584@mhs.unesa.ac.id)<sup>2</sup>,  
[rmas0488@uni.sydney.edu.au](mailto:rmas0488@uni.sydney.edu.au)<sup>3</sup>

\* Correspondence: [faridapratista@unesa.ac.id](mailto:faridapratista@unesa.ac.id)

Received: 2025-09-17 | Revised: 2025-09-30 | Accepted: 2025-09-30 | Page: 184-199

### Abstract

*Silent treatment* in marital relationships is rarely recognized as a violation of the law, but in fact this behaviour can be categorized as emotional abuse, if it is proven to cause severe psychological distress. This act is almost the same as the concept of *al-Hajr* in the perspective of Islamic law. This study aims to examine the impact and characteristics of *silent treatment*, as well as its relevance to the concept of *al-Hajr* in an Islamic law. The research method used was normative, with a descriptive comparative approach, which include data sources from laws, interpretation books, and other relevant literature. The results of the study confirm that the concepts of *al-Hajr* and *silent treatment* in domestic relationships are very different, both in terms of definition, purpose and timing. In the context of *nusyūz*, *al-Hajr* is used as an educational measure with the aim of improvement. In contrast, *silent treatment* is generally carried out without reasons or objectives. Thus, this study clarify the misconception that Islam permits *silent treatment*, as it permits the concept of *al-Hajr*, which has a basis in Sharia law, while *silent treatment* is a form of injustice that is not taught in Islam.

**Keywords:** Emotional Abuse, *Silent treatment*, *Al-Hajr*, Family, Marriage

### Abstrak

Perilaku mendiamkan yang terjadi dalam hubungan pernikahan jarang dikenali sebagai bentuk pelanggaran hukum, namun apabila perilaku ini terbukti menimbulkan tekanan psikis yang berat maka dapat diklasifikasikan sebagai kekerasan emosional. Dalam perspektif hukum Islam, perbuatan ini hampir serupa dengan konsep *al-Hajr*. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji karakteristik, dampak perilaku mendiamkan, serta relevansinya dengan konsep *al-Hajr* dalam hukum Islam. Selain itu, artikel ini menganalisis kedudukan *silent treatment* dalam dua perspektif berbeda, yaitu kajian hukum Islam dan hukum nasional Indonesia, khususnya Undang-Undang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga. Penelitian ini menggunakan metode penelitian normatif dengan pendekatan deskriptif komparatif, yang mencakup sumber data dari Undang-Undang, kitab tafsir, dan literatur lain yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan penemuan bahwa konsep *al-Hajr* dan *silent treatment* dalam hubungan rumah tangga sangat berbeda, baik dari definisi, tujuan dan waktu. Dalam konteks *nusyūz* istri atau suami, konsep *al-Hajr* digunakan sebagai langkah edukatif dengan tujuan perbaikan. Berbeda

dengan *silent treatment*, umumnya dilakukan tanpa alasan dan tujuan yang jelas. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan dan meluruskan pandangan yang keliru bahwa Islam membolehkan perilaku *silent treatment* seperti diperbolehkannya konsep *al-Hajr*, *al-Hajr* mempunyai landasan syariat, sedangkan *silent treatment* sebuah bentuk kezaliman yang tidak diajarkan dalam Islam.

**Kata Kunci:** Kekerasan Emosional, *Silent treatment*, *Al-Hajr*, Keluarga, Pernikahan

## 1. PENDAHULUAN

Sebagai makhluk sosial, manusia membutuhkan komunikasi antar individu. Komunikasi menjadi kebutuhan dasar manusia dalam meningkatkan interaksi di berbagai hubungan, baik di lingkungan masyarakat, keluarga, maupun pertemanan. Komunikasi bukan hanya sebagai alat, tetapi melalui komunikasi, manusia dapat menyampaikan pendapat, perasaan, dan kebutuhannya. Keberadaan komunikasi dalam kehidupan sehari-hari dapat membangun jaringan sosial, kerjasama serta mendapatkan dukungan emosional yang mendorong terciptanya kesejahteraan individu. Oleh karena itu, komunikasi merupakan penghubung utama, dan fondasi yang kuat dalam membangun keharmonisan dalam suatu hubungan.

Bentuk komunikasi beragam, setidaknya terdapat dua macam komunikasi berdasarkan pada kualitasnya, yakni komunikasi sehat dan komunikasi tidak sehat. Komunikasi sehat berorientasi pada bentuk komunikasi yang membangun serta saling mendukung, sedangkan komunikasi tidak sehat memiliki orientasi pada tindakan negatif yang justru membuat salah satu pihak merasa dirugikan. Bentuk dari komunikasi tidak sehat ini salah satunya adalah *Silent treatment*. *Silent treatment* adalah sebuah istilah yang menjelaskan suatu perilaku yang menolak untuk berkomunikasi dengan orang lain, dan mengisolasi diri dari lingkungan secara verbal. (Hasna, 2025) Pola komunikasi ini termasuk dalam jenis komunikasi pasif-agresif, yang cenderung menghindari konfrontasi langsung ketika terjadi konflik, dengan harapan bahwa bersikap diam bisa menyelesaikan permasalahan tanpa terlibat secara aktif.

Dalam praktiknya, biasanya perilaku *silent treatment* dilakukan seseorang dengan cara mendiamkan atau mengabaikan orang lain tanpa memberikan penjelasan. Meskipun dalam jangka pendek *silent treatment* dapat meredakan ketegangan sementara, namun dapat menghambat komunikasi dan memperburuk hubungan dalam jangka panjang. Bentuk komunikasi nonverbal walaupun tidak melibatkan kata-kata tanpa disadari akan memberikan dampak secara emosional, bukan hanya korban akan tetapi juga bagi pelaku. (Irawati, 2025)

Pada saat *silent treatment* berlangsung, korban cenderung merasa terabaikan, tidak berdaya serta membuat korban bertanya-tanya, kesalahan apa yang sudah diperbuat, hal ini dapat menyakiti atau melukai perasaan orang lain sehingga berdampak pada keseimbangan emosional bagi korban. Perilaku mendiamkan, berarti tidak menganggap keberadaan orang lain, dilakukan dengan cara menolak untuk berbicara dan berkomunikasi serta menutup diri sepenuhnya. Bagi pelaku, perilaku mendiamkan kerap menimbulkan rasa kesulitan dalam mengungkapkan emosi dan perasaan sehingga mengalami kelelahan secara ego, karena tidak mampu merespon dan menyalurkan perasaan secara sehat. (Leonard, 2025)

Sering tidak disadari, perilaku diam terjadi dalam berbagai jenis hubungan, baik relasi keluarga, pertemanan, dan rekan kerja. Hubungan antara suami istri dalam pernikahan tidak luput dari perselisihan, salah satu penyebabnya berasal dari perilaku *silent treatment*. Terjadinya perilaku ini sebagai respon terhadap konflik, yang dilakukan dengan cara menghindari komunikasi dan mengabaikan pasangannya. Meskipun niat dari perilaku ini adalah untuk meredakan ketegangan dan memberikan waktu untuk menenangkan diri, praktik ini justru memperburuk keadaan karena menumbuhkan perasaan cemas sehingga menimbulkan jarak emosional bagi pasangan. (A et al., 2025)

Salah satu faktor yang menjadi alasan timbulnya konflik dalam pernikahan adalah kurangnya komunikasi. Ketika terjadi konflik, suami istri kerap menutup diri untuk membuka

ruang diskusi dan enggan menyampaikan secara langsung kesulitan yang dialami. Hal ini dianggap sebagai asal mula munculnya perilaku *silent treatment* dalam konteks pasangan suami istri. Jika kita tinjau dari perspektif Hukum Nasional Indonesia, perilaku mendiamkan pasangan atau *silent treatment*, merupakan bentuk pelanggaran hukum jika mempengaruhi kesehatan mental pasangan. Perilaku ini masuk dalam jenis kekerasan psikis karena dapat menimbulkan penderitaan psikologis bagi pasangan dan berdampak buruk terhadap kesehatan emosional. (Sari Noviaranti, 2025) Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga, selanjutnya disebut UU PKDRT, menjadi landasan hukum yang penting dalam upaya pencegahan dan penanganan kasus kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Peraturan ini juga mengatur ketentuan penetapan sanksi bagi pelaku dan pemberian perlindungan kepada korban.

Undang-Undang No 23 Tahun 2004 Tentang PKDRT Pasal 7 secara spesifik mendeskripsikan mengenai dampak yang ditimbulkan dari kekerasan psikis yang dirasakan oleh suami atau istri dalam hubungan rumah tangga. (Indonesia, 2004) Melalui UU PKDRT, segala bentuk kekerasan dalam rumah tangga dapat dicegah dan dihindari. Di samping itu, bagi pelaku kekerasan akan mendapatkan sanksi sesuai dengan aturan hukum yang berlaku. Begitupun korban perilaku *silent treatment*, jika terbukti menimbulkan gangguan psikologis dan perbuatan tersebut memenuhi unsur-unsur melawan hukum, maka korban dapat memperoleh perlindungan hukum dan dapat mengajukan gugatan pidana atau perdata.

Masyarakat umum mengenal istilah KDRT hanya sebatas pada kekerasan fisik saja. Namun, segala bentuk perlakuan yang diperbuat individu dan menyebabkan kesengsaraan serta penderitaan, baik secara psikologis, fisik dan seksual termasuk perbuatan kekerasan. Dalam ruang lingkup hubungan pernikahan, adanya ancaman, pemaksaan, penelantaran rumah tangga, maupun pembatasan kebebasan pihak suami atau istri, termasuk karakteristik KDRT. Tingginya fenomena KDRT yang terjadi dalam pernikahan di Indonesia turut mendorong meningkatnya kasus perceraian.

Berdasarkan data BPS (Badan Pusat Statistik) Indonesia Tahun 2023, kasus perceraian di Indonesia menyentuh angka 463.654, penyebab paling tinggi naiknya angka perceraian dalam hubungan rumah tangga disebabkan oleh perselisihan dan pertengkaran yang terjadi antar pasangan secara berkelanjutan. Lebih lanjut, KDRT juga mencatatkan kasus sebanyak 7243, angka ini turut serta menjadi alasan perceraian bagi masyarakat Indonesia. (Statistik, 2024)

Tindakan kekerasan dalam ruang lingkup keluarga bertentangan dengan prinsip-prinsip hukum Islam terkait pernikahan, yaitu menciptakan keharmonisan dan kedamaian antara anggota keluarga. Islam menganggap bahwa pernikahan sebagai bentuk ibadah dan dipandang sebagai sebuah komitmen kuat (*mitsaqan ghalizha*) yang harus dijaga. Untuk menjaga ketenteraman dan tumbuhnya sikap saling menyayangi di lingkungan keluarga, al-Quran telah menjelaskan prinsip *mu'asyarah bi al-ma'ruf* (pergaulan yang baik dan hidup rukun), dalam hal ini mencakup sikap saling menyayangi, menghormati antara pasangan. Prinsip ini tercantum dalam Q.S. an-Nisa [4] ayat 19:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَجِلْ لَكُمْ أَنْ تَرْتَبُوا إِلَىٰ نِسَاءِ كَرِهْتُمْ لِأَنْ تَعْضَلُوهُنَّ لِئَذْهَبْنَ إِلَىٰ مَا بَغِضْتُمْ مِمَّا ءَاتَيْتُمُوهُنَّ إِلَّا أَنْ يَأْتِيَنَّ بِفَحْشَةٍ مُّبِينَةٍ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ۚ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُنَّ شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا

Artinya: "Wahai orang-orang yang beriman, tidak halal bagi kamu mewarisi perempuan dengan jalan paksa. Janganlah kamu menyusahkan mereka karena hendak mengambil kembali sebagian dari apa yang telah kamu berikan kepadanya, kecuali apabila mereka melakukan perbuatan keji yang nyata. Pergaulilah mereka dengan cara yang patut. Jika kamu tidak menyukai mereka, (bersabarlah) karena boleh jadi kamu tidak menyukai sesuatu, padahal Allah menjadikan kebaikan yang banyak di dalamnya". (Q.S. an-Nisa' ayat 19)

Penegasan prinsip mu'asyarah bi al-ma'ruf dalam kehidupan pernikahan, tentunya memiliki urgensi dalam menjaga keutuhan rumah tangga. Timbulnya konflik ringan yang sering diabaikan akan berpotensi menjadi suatu perselisihan yang lebih besar serta penyebab dari perceraian. Dalam Islam kita mengenal istilah syiqâq dan *nusyūz*, dua istilah populer yang berkaitan dengan perselisihan rumah tangga. *Nusyūz* adalah kebencian dan perbuatan buruk yang ditunjukkan oleh salah satu pasangan terhadap pasangannya, sedangkan syiqâq adalah situasi yang muncul akibat dari *nusyūz*. Perselisihan yang terjadi akibat syiqâq lebih kompleks dan memerlukan bantuan pihak ketiga dalam proses penyelesaian perselisihan yang terjadi. Adapun langkah untuk mengakhiri permasalahan yang timbul akibat *nusyūz* hanya dapat dilakukan antara suami dan istri. (Nurlia, 2018) Konsep *al-Hajr* merupakan bagian dari tahapan penyelesaian *nusyūz*, yaitu dengan menghindari pasangan dari tempat tidur.

Definisi *al-Hajr* dalam proses penyelesaian *nusyūz* dalam hukum Islam, mendekati karakteristik perilaku *silent treatment* yang terjadi dalam rumah tangga. Istilah *al-Hajr* dalam al-Quran sering diartikan sebagai sikap menjauhi atau memisahkan, dalam konteks *nusyūz* berarti menjauhi istri di tempat tidur tetapi bukan dalam bentuk memutus komunikasi secara total. (Al-Qurtuby, 2006) Dua tindakan ini, *al-Hajr* dan *silent treatment* sama-sama mengandung unsur menjauhkan diri dari adanya komunikasi atau interaksi secara langsung antar pasangan, namun dengan tujuan dan niat yang berbeda. *Al-Hajr* dilakukan dengan tujuan perbaikan dan kemaslahatan, sementara *silent treatment* sering kali menjadi bentuk pelampiasan emosional tanpa ada penyelesaian yang sehat. Jika kita amati dalam perspektif hukum Islam, *silent treatment* bisa menjadi salah satu indikasi bentuk *nusyūz*, apabila menimbulkan perselisihan dan ketegangan dalam rumah tangga.

Hukum Islam memandang bahwa praktik *al-Hajr* mempunyai batasan dan tentunya tidak boleh dilakukan secara semena-mena. *Al-Hajr* bersifat mendidik dan tidak berdasarkan pada kebencian, namun berfungsi sebagai teguran untuk memberikan ruang introspeksi diri kepada pihak suami dan istri agar kembali memperbaiki hubungan dalam rumah tangga. Berbeda dengan perilaku *silent treatment* yang cenderung didasarkan pada kemarahan dan bertujuan untuk meyakiti dan memanipulasi pasangan.

Perilaku KDRT yang kerap terjadi dalam hubungan pernikahan, baik secara fisik maupun psikis, termasuk perilaku *silent treatment* telah banyak menjadi fokus pada penelitian sebelumnya. Studi tentang dampak kekerasan psikis berbentuk *silent treatment* dalam pernikahan terhadap kesehatan mental, dilakukan oleh Sri Ayu Irawati. Penelitian ini mengungkap bentuk-bentuk dan dampak negatif yang ditimbulkan dari perilaku *silent treatment* secara psikologis, dengan menyertakan analisis hukum melalui UU PKDRT. Sementara itu, kajian dari perspektif hukum Islam tentang bentuk perselisihan dalam rumah tangga khususnya *nusyūz* dapat ditemukan dalam sebuah penelitian oleh Umar Multazam. Kajian yang ditulis bertujuan untuk mengetahui konsep, bentuk dan penyelesaian perbuatan *nusyūz* suami-istri dalam hubungan pernikahan menurut perspektif al-Quran, khususnya Q.S. an-Nisa [4] ayat 34 dan Hadist.

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ ۚ فَالصَّالِحَاتُ قَنَاطٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ ۗ وَاللَّيِّئَاتُ تُخَافُونَ نُسُوزَهُنَّ وَفِعْظُهُنَّ وَأَهْجُرُهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَأَضْرِبُوهُنَّ ۚ فَإِنْ أَطَعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا

Artinya: "Kaum laki-laki itu adalah pemimpin bagi kaum wanita, oleh karena Allah telah melebihkan sebahagian mereka (laki-laki) atas sebahagian yang lain (wanita), dan karena mereka (laki-laki) telah menafkahkan sebagian dari harta mereka. Sebab itu maka wanita yang saleh, ialah yang taat kepada Allah lagi memelihara diri ketika suaminya tidak ada, oleh karena Allah telah memelihara (mereka). Wanita-wanita yang kamu khawatirkan *nusyūz* nya, maka nasehatilah mereka dan pisahkanlah

mereka di tempat tidur mereka, dan pukullah mereka. Kemudian jika mereka mentaatimu, maka janganlah kamu mencari-cari jalan untuk menyusahkannya. Sesungguhnya Allah Maha Tinggi lagi Maha Besar".

Studi mengenai KDRT yang dikaji dari berbagai perspektif, serta dampak dan solusi penyelesaiannya telah dibahas dari beberapa studi sebelumnya. Penelitian ini diharapkan memberi sebuah kebaruan dibandingkan dengan penelitian terdahulu karena mengkaji dua fenomena atau perilaku yang hampir serupa yaitu *silent treatment* dan *al-Hajr* dalam konteks hubungan rumah tangga. Meskipun keduanya mempunyai sifat yang hampir mirip, namun keduanya berbeda dalam hal tujuan dan batasan tertentu. Kajian ini dilakukan melalui berbagai tinjauan hukum, baik Hukum Islam maupun Hukum Nasional Indonesia.

## 2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode normatif yang berfokus pada kajian terhadap norma-norma hukum yang bersumber dari perundang-undangan maupun doktrin dari pakar hukum. Kajian yang dilakukan menitikberatkan pada analisis terhadap suatu fenomena hukum mengenai *silent treatment* sebagai bentuk kekerasan psikis dalam rumah tangga dan konsep *al-Hajr* sebagai bentuk penyelesaian *nusyuz* istri kepada suami, dengan menggunakan dua perspektif hukum yang berbeda, yaitu Hukum Islam dan Hukum Nasional Indonesia. Di samping itu, tujuan dari studi ini adalah untuk menelaah dua perilaku (*silent treatment* dan *al-Hajr*) yang mempunyai relevansi dari aspek makna dan implikasinya terhadap hubungan pernikahan, serta perbedaan yang mendasari keduanya, baik dari segi tujuan, landasan hukum serta batasan-batasan yang harus dilaksanakan.

Analisis isi topik penelitian dilakukan dengan pendekatan deskriptif dengan menggunakan beberapa bahan sumber hukum berupa buku, jurnal ilmiah, al-Quran, Hadist, Kompilasi Hukum Islam (KHI), UU serta referensi lain yang relevan. UU yang menjadi sumber utama dalam penelitian ini adalah Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Tindak Pidana Kekerasan dalam Rumah Tangga dan UU No 1 Tahun 1974 Tentang Perkawinan. Jenis data yang digunakan adalah kualitatif dengan teknik pengumpulan data secara studi pustaka (*library research*) yaitu menelaah data dari sumber tertulis tanpa melibatkan pengumpulan data statistik. Penerapan pendekatan deskriptif dalam penulisan artikel dimaksudkan agar mampu menghasilkan kajian kritis terhadap permasalahan atau isu yang dikaji, dan mampu memberikan pemahaman yang komprehensif dan mendalam.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 *Silent Treatment* dalam Hubungan Pernikahan: Definisi, Karakteristik, dan Dampak

Keluarga merupakan bagian penting dari susunan masyarakat. Berawal dari lingkungan keluarga, penanaman nilai-nilai moral, agama dan pembentukan karakter individu dimulai. Lebih dari itu, keluarga adalah tempat seseorang berkembang dan tumbuh. Pembentukan akhlak serta budi pekerti yang luhur berasal dari lingkungan keluarga yang stabil dan harmonis. Sebuah keluarga dikatakan harmonis apabila seluruh anggotanya menjalin interaksi yang dilandasi atas rasa cinta, kasih sayang, saling menghormati, serta memiliki pola komunikasi yang baik. (Puspytasari, 2022) Keharmonisan dalam keluarga tercermin dengan rendahnya tingkat stress dan kekecewaan, tingginya kepuasan, kemampuan menerima keadaan dan tercapainya kenyamanan fisik, mental dan sosial yang dirasakan oleh setiap anggotanya. Hal ini menjadi sangat penting untuk menjadi modal utama dalam mempersiapkan pembangunan masyarakat yang sejahtera.

Dalam praktik kehidupan sehari-hari, setiap hubungan di berbagai lingkungan tentu tidak luput dari konflik atau perselisihan, termasuk hubungan rumah tangga. Secara umum, perselisihan antara pasangan suami dan istri disebabkan karena ketidakpuasan salah satu pasangan terhadap perilaku pasangannya. Konflik yang terjadi secara terus menerus dalam hubungan suami istri dapat memicu perubahan sikap pasangan baik secara perilaku atau emosional. *Silent treatment* merupakan salah satu bentuk perubahan sikap secara emosional, dampak dari ketegangan yang tidak terselesaikan antara pasangan suami-istri.

*Silent treatment*, berasal dari bahasa Inggris "Silent" yang artinya diam, sedangkan "Treatment" yaitu perawatan atau perlakuan. Istilah ini merujuk pada suatu bentuk komunikasi nonverbal, yang mengacu pada perilaku mendiamkan atau mengabaikan seseorang secara sengaja. Perilaku ini mencerminkan ekspresi emosi kemarahan yang diwujudkan melalui penghindaran komunikasi dan interaksi tanpa batas waktu yang jelas. Ketika terjadi suatu hal di luar kendali, manusia dapat mengalami ketidakseimbangan emosi serta kelelahan secara fisik dan mental.

Setiap individu tentunya mempunyai perbedaan dalam mengungkapkan emosinya masing-masing. Ada yang mengekspresikan kemarahannya secara aktif atau memilih meluapkannya secara pasif. Membuka akses untuk berdiskusi dan kemampuan berbicara secara baik-baik menjadi bentuk pelepasan emosi secara aktif, sedangkan mendiamkan, mengabaikan dan menghindari interaksi secara langsung dengan seseorang dianggap sebagai bentuk pelampiasan emosi secara pasif.

Sebagian besar perilaku *silent treatment* merujuk pada tindakan menarik diri dari interaksi atau percakapan. Namun demikian, tanda-tanda sikap *silent treatment* dapat dikenali melalui beberapa tindakan yang bersifat khas, meliputi: 1) Berpaling dan menghindari kontak mata, 2) Meremehkan dan menolak menjawab pertanyaan, 3) Bertindak seolah-olah sibuk dengan tujuan menghindari berbicara, 4) Pergi meninggalkan lawan bicara di tengah percakapan, 5) Menghindari diskusi. (Makarim, 2023) Dalam kehidupan sehari-hari, ciri-ciri tersebut banyak kita temui, namun dianggap sebagai sesuatu yang lumrah dan tanpa disadari berdampak negatif bagi diri sendiri maupun orang lain.

Tujuan dan motivasi dibalik perilaku *silent treatment* dapat bervariasi. Penolakan emosional semacam ini umumnya dimulai sebagai cara untuk memberikan sanksi kepada orang lain tanpa disertai dengan penjelasan, lalu menjadi ungkapan emosi atau kemarahan kepada orang lain tanpa membuka ruang diskusi untuk mengungkapkan keinginan. Di samping itu, pola komunikasi tidak sehat ini kerap digunakan sebagai strategi oleh individu untuk menghindari konflik, dengan cara menunjukkan ekspresi tubuh tanpa melibatkan komunikasi secara terbuka. Saat *silent treatment* berlangsung, pelaku akan merasa lebih dominan dan memiliki kontrol atas orang lain, hal ini menjadikan perlakuan diam sebagai sarana dalam perlindungan diri untuk tidak terlibat dalam tindakan yang berpotensi menimbulkan ketegangan emosional.

Tekanan psikis yang ditimbulkan akibat perilaku *silent treatment* tidak dapat diremehkan. Bagi pemberi maupun penerima *silent treatment*, kondisi ini mengakibatkan gangguan mental jika berlangsung dalam jangka panjang. Saat periode *silent treatment*, pihak yang didiamkan merasa diabaikan dan tidak dihargai sehingga menciptakan rasa ketidaknyamanan dalam hubungan. Senada dengan dampak tersebut, perlakuan diam dari salah satu pasangan juga dapat mengancam keberadaan dan kontrol diri. Akibatnya rasa keterikatan dan kepercayaan di antara pasangan dapat terkikis dan menimbulkan keretakan dalam rumah tangga.

Tak hanya itu, dampak perlakuan *silent treatment* bagi penerima dapat memicu berbagai respon psikologis negatif, di antaranya peningkatan kecemasan, perasaan kesepian, kelelahan secara emosional bahkan ketika sudah menjadi kebiasaan dan berlangsung lama, hal ini dapat menimbulkan gejala depresi dan hilangnya rasa percaya diri. (Stritof, 2023) Secara medis perasaan diabaikan dapat memengaruhi kesehatan mental seseorang yang berdampak

pada aktifnya sistem saraf simpatik dan bekerjanya bagian otak yang memproses rasa sakit sehingga tubuh akan merespon seakan-akan mengalami rasa sakit fisik, walaupun pemicunya berasal dari faktor psikis.

Bagi pelaku *Silent treatment*, perbuatan ini sering kali menjadi alat untuk mengendalikan perasaan dan emosi yang memicu timbulnya gejala fisik dan psikologis. Lebih dari itu, menolak komunikasi dengan orang lain dapat memperburuk tingkat stress, karena disebabkan rasa bersalah dan penyesalan akibat keterbatasan dalam komunikasi. *Silent treatment* juga beresiko merusak hubungan interpersonal antara tiap anggota keluarga. Komunikasi yang tidak terjalin secara dua arah dengan baik dapat menyebabkan permasalahan yang dihadapi tidak dapat segera terselesaikan dengan cepat. Beban emosional tinggi yang ditanggung oleh penerima *silent treatment* dalam jangka waktu yang lama memicu rasa tidak aman dirumah, karena menganggap dirinya sebagai seluruh akibat dari permasalahan yang terjadi. Anggota keluarga yang sering menerima perilaku *silent treatment* dari anggota lainnya sering merasa tidak aman, penuh kecemasan serta tidak memiliki kontrol atas dirinya.

Melihat dampak berbahaya dari perilaku *silent treatment*, perlu adanya kesadaran dan komitmen untuk membangun komunikasi yang sehat melalui ruang diskusi terbuka dan melatih diri untuk mengendalikan emosi ketika terjadi konflik untuk menghindari memperburuk situasi. Pemahaman terkait penyebab perilaku *silent treatment*, tanda-tandanya dan dampak yang ditimbulkan, diharapkan dapat membantu menghentikan siklus perilaku mendiamkan pasangan dalam hubungan interpersonal, seperti hubungan dalam rumah tangga, lingkungan kerja dan pertemanan.

### **3.2. Pengaturan *Silent treatment* Sebagai Tindak Pidana Kekerasan Psikis Pada Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Tindak Pidana Kekerasan Dalam Rumah Tangga**

Undang Undang Nomor 23 Tahun 2004 Pasal 1 menguraikan bahwa KDRT tidak hanya mencakup kekerasan fisik saja, tetapi mempunyai aspek yang lebih luas. Segala perbuatan melawan hukum, yang utamanya dilakukan kepada perempuan atau istrinya sehingga menimbulkan kesengsaraan dan trauma, baik secara fisik, psikis, seksual maupun adanya penelantaran rumah tangga termasuk dalam perbuatan KDRT. KDRT secara fisik biasanya dilakukan dengan cara menyerang korban dan dalam bentuk memukul, menendang, menampar, melukai dengan suatu benda, dan segala tindakan lain yang menimbulkan luka, dan rasa sakit, bahkan memungkinkan menyebabkan cacat fisik dan kematian.

Sedangkan KDRT secara psikis meliputi segala perbuatan yang berdampak pada mental dan emosional seseorang. Bentuk kekerasan secara psikis, contohnya menghina, mempermalukan di depan umum, mengancam, membatasi komunikasi dengan memberikan perlakuan diam, mengintimidasi verbal dan non verbal serta segala perbuatan yang dapat menimbulkan ketakutan, tekanan batin, dan gangguan kesehatan mental. Meski tidak berdampak secara fisik, tetapi akibat yang ditimbulkan dari kekerasan psikis juga sangat berbahaya. Keduanya, baik kekerasan fisik dan psikis diakui sebagai tindak pidana menurut UU KDRT Tahun 2004.

Kasus KDRT sendiri sering terjadi di Indonesia, menurut data dari Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan selanjutnya disebut Komnas Perempuan, setidaknya terdapat 330.097 kasus kekerasan yang dialami oleh perempuan sepanjang tahun 2024. Angka tersebut naik sejumlah 14,17% dari tahun 2023, notabene sebagian besar kasus kekerasan yang dialami perempuan dilakukan oleh laki laki yang dalam hal ini adalah suaminya. (Perempuan, 2025) Peristiwa tersebut menunjukkan lemahnya perlindungan terhadap perempuan bahkan di lingkungan rumah yang mereka percaya sebagai tempat paling aman dari tindak kekerasan.

Sebelum dikeluarkannya UU tentang Penghapusan Tindak Pidana KDRT, pemerintah menganggap bahwa KDRT bukanlah sesuatu yang serius dan permasalahan ini dapat

diselesaikan secara internal antara suami dan istri. Tetapi melihat tingginya fenomena kekerasan kepada perempuan yang terjadi di lingkungan rumah tangga yang turut berdampak pada naiknya angka perceraian di Indonesia, pembuat Undang-Undang memberikan penekanan yang serius bahwa segala bentuk kekerasan kepada perempuan tidak bisa dipandang sebelah mata, melainkan harus dipandang sebagai permasalahan yang serius dan segera mendapatkan perhatian. Hal ini dibuktikan dengan disahkannya Undang-Undang Nomor 23 tahun 2004. UU ini ditujukan untuk menguatkan posisi perempuan sebagai pihak lemah untuk memperoleh keadilan serta memberikan peringatan kepada pelaku tindak pidana kekerasan.

Pemerintah melalui UU KDRT memberikan komitmen serius untuk melakukan penghapusan terhadap segala tindak pidana kekerasan yang kerap terjadi dalam lingkungan keluarga. Komitmen ini ditujukan untuk segala bentuk kekerasan yang terjadi di dalam rumah tangga sesuai dengan ketentuan pada Pasal 5 diantaranya adalah: 1) Kekerasan Fisik, 2) Kekerasan Psikis, 3) Kekerasan Seksual, 4) Penelantaran dalam Rumah Tangga. Keempat bentuk KDRT tersebut harus dihindari oleh tiap pasangan baik dari pihak suami maupun pihak istri.

*Silent treatment* adalah salah satu wujud dari kekerasan psikis yang menyerang emosional korban. Kekerasan psikis sendiri dapat mengganggu kesehatan mental seseorang yang dampaknya tidak hanya bersifat sementara, tetapi dapat berlanjut dalam jangka panjang. Dalam praktiknya, *silent treatment* digunakan sebagai bentuk hukuman atau pelarian dari konflik yang diberikan pasangan baik suami maupun istri kepada pasangannya yang lain dengan mengabaikan atau mendiamkan dalam pernikahan.

*Silent treatment* menjadi sangat krusial karena dapat merendahkan eksistensi emosional dari pasangan. Akibat yang ditimbulkan dari *silent treatment* cukup besar utamanya yang berkaitan dengan emosional, seperti perasaan intimidasi yang kuat dari pasangan, ancaman secara emosional di lingkungan rumah dan kurangnya rasa percaya diri. Melihat karakteristik dan dampak yang ditimbulkan, *silent treatment* merupakan bagian dari KDRT dari aspek psikis yang telah diatur dalam UU KDRT Pasal 5.

### 3.3. Pemenuhan Hak dan Perlindungan Korban *Silent treatment* Terhadap Kekerasan Psikis

Korban KDRT, baik kekerasan secara fisik, emosional, dan seksual sama-sama mempunyai hak untuk mendapatkan perlindungan, pelayanan maupun penanganan khusus dari berbagai pihak. UU PKDRT khususnya Pasal (10) menegaskan hak-hak apa saja yang diberikan untuk perempuan yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Hak-hak tersebut mencakup jaminan perlindungan yang diberikan oleh pihak keluarga, lembaga sosial ataupun lembaga penegak hukum, seperti kepolisian, pengacara dan pihak lainnya. Lebih lanjut, korban KDRT juga berhak memperoleh pelayanan kesehatan, bimbingan rohani, pendampingan hukum dan penanganan khusus yang dibutuhkan oleh korban.

Dalam rangka pemenuhan hak korban KDRT, seluruh proses mulai dari pemeriksaan, penyelidikan sampai dengan langkah penuntutan tunduk kepada peraturan pada hukum acara pidana yang berlaku serta sesuai dengan ketentuan yang termuat dalam Undang- Undang Nomor 23 tahun 2004. UU PDKRT khususnya pasal 26 memperjelas bahwa negara memberikan perlindungan hukum kepada korban kekerasan dalam bentuk apapun setelah tahap pelaporan. Selain pihak keluarga, lembaga hukum seperti kepolisian, kejaksaan, pengadilan juga ikut serta memberikan perlindungan hukum kepada korban, perlindungan yang diberikan berbentuk pendampingan, pelayanan kesehatan maupun penanganan khusus terkait kerahasiaan identitas korban. Dalam proses hukum yang berlaku, ditegaskan bahwa selain berfokus pada pembuktian tindak pidana dan pemberian sanksi kepada pelaku, hal penting yang diperhatikan adalah memastikan pemulihan kondisi korban, baik fisik maupun psikis.

Ketika proses penanganan terhadap kasus kekerasan dalam rumah tangga, pemerintah memiliki terobosan yang tertuang di Undang-Undang KDRT yakni menggunakan penanganan dengan mekanisme peradilan terintegrasi, dimana sistem peradilan terpadu menunjukkan proses keterkaitan antar instansi dan pihak yang berwenang dalam penanganan kasus kekerasan utamanya bagi perempuan serta memberikan ruang yang mudah diakses dalam setiap proses pengadilan. (Helmi, 2014) Peradilan terpadu juga tidak hanya bergerak dalam sistem peradilannya saja, namun lebih dari itu mereka juga mempertimbangkan hak-hak yang bisa diterima serta pemulihannya sebagai korban KDRT.

Seluruh upaya penegak hukum untuk melakukan perlindungan terhadap korban kekerasan dalam rumah tangga berbanding lurus dengan tujuan dari penghapusan kekerasan dalam rumah tangga yang tercantum di UU KDRT Pasal 4. UU ini berupaya untuk menghindari terjadinya berbagai bentuk kekerasan dengan penetapan langkah hukum yang berpihak pada korban serta dapat memberikan efek jera kepada pelaku. Di samping itu, selain berorientasi pada penegakan aturan, Undang-Undang KDRT juga bertujuan untuk menjaga keharmonisan dan kesejahteraan keluarga yang berpegang teguh pada perlindungan hak asasi manusia.

Sesuai dengan tujuan tersebut maka menjadi jelas bahwa dalam penanganannya baik dalam maupun luar persidangan harus mempertimbangkan hak-hak korban serta keselarasan antara tindak pidana yang dilakukan dan sanksi yang diberikan. Penerima dari *silent treatment* sebagai bentuk kekerasan psikis, harusnya mendapatkan proporsi perhatian yang setara dengan korban KDRT dalam bentuk kekerasan yang lain, karena sesuai tujuan daripada penghapusan segala bentuk kekerasan yang terjadi di ruang lingkup keluarga yakni untuk menjaga keharmonisan dan kesejahteraan keluarga, haruslah diusahakan oleh setiap pasangan.

Proses penyelesaian permasalahan dengan metode terbuka menjadi salah satu cara untuk menjaga keutuhan rumah tangga. Sikap terbuka dengan pasangan dalam pernikahan mendorong adanya komunikasi yang sehat, sehingga memungkinkan setiap pasangan untuk melakukan pembenahan atas kesalahan yang dilakukan dengan cepat, karena membiarkan seseorang untuk memahami kesalahan yang ada pada dirinya dalam waktu yang cukup lama justru akan memberatkan dia secara emosional. Oleh karena itu, perspektif hukum Islam maupun hukum nasional Indonesia selalu mengedepankan prinsip mediasi dan musyawarah untuk mendorong terciptanya kerukunan dan perdamaian di ruang lingkup keluarga.

### 3.4. Konsep *Al-Hajr* dalam Perspektif Hukum Islam

Masing-masing pasangan dalam pernikahan yaitu suami dan istri mempunyai kedudukan, hak serta kewajiban yang setara dalam kehidupan pernikahan. Dalam pemenuhan tugas dan tanggung jawab diperlukan komitmen dan pengertian dari kedua belah pihak agar tercipta keluarga yang bahagia, rukun, dan sejahtera. Kompilasi Hukum Islam selanjutnya disebut KHI Pasal 77 ayat (1-4), Bab XII menegaskan bahwa setiap suami dan istri hendaknya mempergauli pasangannya dengan rasa cinta, saling menghargai, memberi dukungan secara moril maupun materiil, dan hendaknya di antara keduanya mampu untuk memelihara kehormatan masing-masing. (RI, 2018)

Misi dan tujuan yang mulia dalam membentuk keluarga yang sakinah, mawaddah, dan warahmah serta penetapan hak dan kewajiban setiap suami dan istri secara seimbang merupakan bagian dari prinsip-prinsip dasar hubungan rumah tangga dalam Islam yang menekankan pada asas keadilan. Allah Swt berfirman dalam Q.S. Al-Baqarah ayat 228:

وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ ۗ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ

Artinya: "Dan para wanita mempunyai hak yang seimbang dengan kewajibannya menurut cara yang ma'ruf. Akan tetapi para suami, mempunyai satu tingkatan kelebihan daripada isterinya. Dan Allah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana".

Ayat di atas memperjelas pandangan Islam tentang pernikahan. Pernikahan dalam hukum Islam bukan hanya sebagai simbol kepemilikan dan kebolehan dalam hubungan biologis, melainkan sebuah akad yang mengandung nilai ibadah serta memberikan hak-hak yang setara kepada suami dan istri dalam rumah tangga termasuk hak memperoleh perlakuan yang baik dari setiap pasangan.

Kesetaraan peran dan tugas bagi suami dan istri dalam kehidupan berumah tangga, disesuaikan dengan fitrah masing-masing, meskipun diwujudkan dalam bentuk tanggung jawab yang berbeda. Seorang laki-laki mempunyai peran sebagai kepala keluarga, pembimbing dan pelindung bagi anggota keluarganya. Di samping itu, ia juga mempunyai kewajiban dalam mencukupi segala kebutuhan rumah tangga sesuai kemampuan, misalnya seperti pemenuhan nafkah, pendidikan anak dan keperluan pokok lainnya. Sebaliknya, peran istri sebagai ibu rumah tangga mempunyai kewajiban utama yaitu berbakti secara lahir dan batin kepada suami, dalam hal yang telah dibenarkan oleh hukum Islam.

Untuk memastikan peran serta tanggung jawab suami dan istri dapat terlaksana sebagaimana semestinya, perlu adanya komunikasi untuk menumbuhkan sikap pengertian, menyelaraskan visi dan misi, serta menyelesaikan masalah secara bersama-sama. Komunikasi merupakan unsur yang krusial dalam suatu hubungan. (Astuti & Triayunda, 2023) Hukum Islam sebagai pedoman hidup sangat menganjurkan penyelesaian konflik secara damai (*sulh*), tanpa kekerasan, membuka ruang diskusi (*shura*), dan menjunjung tinggi nilai keadilan (*adl*). Namun dalam praktiknya masih ditemukan beberapa hal yang mengganggu keharmonisan dalam berumah tangga dan menjadi tantangan terlaksananya penyelesaian konflik sesuai dengan nilai-nilai, seperti tekanan sosial dan ketidakseimbangan ego dari kedua belah pihak.

Meski mendiamkan dan mengabaikan seseorang menjadi alasan preventif, guna memberi ruang untuk menenangkan diri selama perdebatan, namun perilaku tersebut tidak sepenuhnya dibenarkan dalam Islam. Perilaku *silent treatment* bertentangan dengan prinsip dan nilai-nilai Islam yang selalu mengedepankan perdamaian dan musyawarah. Hukum Islam memandang bahwa perilaku mendiamkan seseorang atau pasangan diperbolehkan dalam keadaan tertentu, serta jika memiliki batasan, dan tujuan yang harus sesuai dengan Syariat.

Jika ditinjau dari perspektif hukum Islam, perilaku *silent treatment* memiliki kemiripan makna dengan istilah *al-Hajr* dalam Islam. Secara etimologis, *al-Hajr* berarti *al-bu'du* (menjauh), *al-man'u* (mencegah), atau *at-tarku* (meninggalkan). Secara terminologis, *al-Hajr* sering diartikan sebagai tindakan memisahkan diri dan menjauhi seseorang, baik secara komunikasi maupun fisik. Konsep *al-Hajr* banyak diterapkan dalam berbagai jenis hubungan dalam kehidupan sosial, hubungan rumah tangga dan dalam hal pengelolaan harta kekayaan. Q.S an-Nisa [4] ayat 34 menyebutkan bahwa konsep *al-Hajr* merupakan salah satu alternatif dalam penyelesaian *nusyūz* (konflik rumah tangga) yang dilakukan oleh salah satu pasangan.

Q.S. an-Nisa [4] ayat 34 secara umum menjelaskan tentang peran dan kedudukan suami istri dalam pernikahan, kelebihan suami berupa fisik dan tanggung jawab tertentu menjadikan kewajiban baginya untuk menafkahi istri dan anaknya. Kandungan ayat ini juga menjelaskan terkait sifat baik yang dianjurkan kepada istri, yaitu sifat taat dan kemampuan menjaga kehormatan diri untuk suaminya. Sifat taat dan patuh seorang istri kepada suaminya juga ada ketentuan tertentu yaitu selama tidak dalam hal kemaksiatan. Di samping itu, Islam juga mengajarkan langkah-langkah apa saja yang boleh dilakukan oleh suami jika istrinya berbuat *nusyūz*.

Kata *an-Nusyūz* mempunyai makna kemaksiatan, segala tingkah laku yang memicu pembangkangan atau ketidaktaatan salah satu pasangan suami istri tanpa alasan yang jelas. Sering kali perbuatan *nusyūz* hanya disematkan kepada istri, meskipun pihak suami juga bisa melakukan hal yang serupa. KHI Pasal 84 ayat (1) menjabarkan bahwa seorang istri dikatakan *nusyūz* apabila ia menolak menunaikan kewajibannya kepada suami untuk taat, dan patuh

terkait sesuatu hal yang dibenarkan oleh hukum Islam. Sebaliknya, kewajiban tersebut akan gugur apabila suami melalaikan kewajibannya dan berbuat maksiat yang merugikan pihak istri.

Makna *nusyūz* sering kali disematkan kepada pihak istri, namun seorang suami juga dapat melakukan *nusyūz*. *Nusyūz* suami bermakna enggan atau lalai dalam menunaikan kewajiban terhadap istrinya, misalnya bersikap kasar, tidak memberikan nafkah dan segala perbuatan tidak baik lainnya. Penyelesaian *nusyūz* dari pihak istri dan suami berbeda berdasarkan pada Al-Quran. Dalam konteks *nusyūz* suami, hukum Islam telah menetapkan di antara keduanya baik itu suami maupun istri untuk melakukan perdamaian. Hal ini berlandaskan pada Q.S. an-Nisa [4] ayat 128:

وَإِنْ أَمْرًا خَافَتْ مِنْ بَعْثِهَا نُشُورًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَالصُّلْحُ خَيْرٌ وَأُحْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ وَإِنْ تُحْسِنُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا

Artinya: "Dan jika seorang wanita khawatir akan nusyuz atau sikap tidak acuh dari suaminya maka tidak mengapa bagi keduanya mengadakan perdamaian yang sebenar-benarnya, dan perdamaian itu lebih baik (bagi mereka)".

Berbeda tahap penyelesaian *nusyūz* dari suami, apabila *nusyūz* berasal dari istri ada tiga konsep yang ditetapkan dalam Q.S an-Nisa [4] ayat 34, guna sebagai solusi perbaikan dalam mengatasi konflik dalam rumah tangga. Allah Swt berfirman:

وَالَّذِي تَخَافُونَ نُشُورَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَأَهْجُرُوهُنَّ فِي الْمَضَاجِعِ وَأَضْرِبُوهُنَّ ط

Berdasarkan kandungan ayat di atas, terdapat tiga langkah yang harus ditempuh oleh suami ketika muncul tanda-tanda *nusyūz* istri. Pertama, *fa'izuhunna* (memberikan nasehat). Kedua, *wahjuruhunna fil-madāji'i* (menjauhi istri di ranjang). kata *al-Hajr* diambil dari kata *wahjuruhunna*, artinya yaitu berpisah atau menjauhi istri dari tempat tidur (pisah ranjang). Ketiga, *wadribuhunn* (memukulnya tanpa melukai). Sebagian ulama tafsir tidak secara spesifik mengharuskan penyelesaian *nusyūz* dimulai secara berurutan, dari nasihat (*mau'idzoh*), kemudian *al-Hajr* dan terakhir yaitu memukul dengan batasan yang sesuai dengan syariat. Jika istri terduga melakukan *nusyūz* maka sebagian ulama berpendapat bahwa suami harus mengikuti urutan atau tahapan tersebut.

Makna *al-Hajr* lebih ke arah menjauhi istri ketika terjadi konflik rumah tangga. Namun para fuqaha berbeda pendapat dalam memaknai *al-Hajr*. Ibnu abbas, Ikrimah, dan adh-Dhahhak berpendapat bahwa *al-Hajr* adalah membatasi interaksi verbal dengan istri, dengan metode tidak melakukan pembicaraan dan tidak memulai obrolan. Fuqaha lain seperti Qatadah, Mujahid dan Ibnu abbas dalam riwayat lain menafsirkan bahwa *al-Hajr* adalah menghindari hubungan intim dengan istri pada masa *nusyūz*, dengan melakukan pisah ranjang. Pendapat ulama lain memaknai *al-Hajr* sebagai suatu tindakan untuk membatasi gerak istri di dalam rumah sebagai usaha dalam mengembalikan kesadaran istri untuk taat kepada suaminya. (Al-Qurtuby, 2006)

Dari beberapa pandangan ulama di atas dapat disimpulkan bahwa dalam hukum Islam metode pelaksanaan *al-Hajr* di masyarakat dapat dilakukan dengan dua metode, yaitu melalui ucapan dan perbuatan. *Al-Hajr* secara ucapan artinya seorang suami tidak mengajak istrinya berbicara atau memutus komunikasi dalam jangka waktu maksimal, sesuai dengan batasan-batasannya. Sedangkan *Hijr* secara perbuatan dapat berbentuk penolakan untuk menggauli istri di lingkungan rumah sebagai bentuk teguran kepada istri yang *nusyūz*. (Izzuddin, 2015)

Diperbolehkannya *al-Hajr* dalam Islam bukan berarti bisa dilakukan secara semena-mena, namun praktik ini memiliki batasan dan metode yang harus ditaati oleh suami supaya tidak menyimpang dari ajaran Islam dan tidak menyebabkan kezaliman bagi istri. Konsep *al-Hajr* bersifat mendidik bukan bermaksud untuk menyakiti atau membenci, namun berfungsi sebagai teguran untuk mendorong istri kembali memperbaiki hubungan dalam rumah tangga. (Ibnu Katsir, 1999) Agar tidak menyalahi etika pelaksanaan *al-Hajr* dalam hukum Islam, penerapan *al-Hajr* hendaknya hanya boleh dilakukan di lingkungan rumah saja, dalam arti tidak

menggauli istri di ranjang. Etika ini bertujuan untuk meminimalisir keterlibatan orang lain yang tidak berkepentingan.

Pada dasarnya, metode pisah ranjang dengan maksud untuk memutus komunikasi dengan istri tidak diajarkan dalam Islam. Ajaran Islam hanya membolehkan *al-Hajr* sesuai dengan tujuan dan batasannya, yaitu memberikan jeda komunikasi tujuan untuk perbaikan dalam memecahkan konflik rumah tangga. Adapun makna dan tujuan dari konsep *al-Hajr* dalam Islam sering disalahpahami oleh masyarakat dalam praktik kehidupan sehari-hari.

Masih banyak masyarakat yang meyakini bahwa makna *al-Hajr* adalah pisah ranjang ataupun pisah rumah baik dengan mengusir atau meninggalkan salah satu pasangan dari rumah sehingga kondisi ini mengakibatkan praktik *al-Hajr* dilakukan melebihi ketentuan yang berlaku. Selain itu, *al-Hajr* sering kali diafirmasi sebagai bentuk kekerasan emosional pada istri. Munculnya problematika tersebut turut memengaruhi pola relasi suami dan istri saat menghadapi konflik, akibatnya konflik yang terjadi akibat *nusyūz* tidak terselesaikan dengan baik, bahkan hal ini berakibat pada terjadinya perceraian.

Jika kita analisis *al-Hajr* dari konteks makna, konsep tersebut hampir sama dengan perilaku *silent treatment*, yaitu menghindari komunikasi dalam suatu hubungan khususnya hubungan rumah tangga. Dalam pelaksanaannya konsep *al-Hajr* dalam penyelesaian kasus *nusyūz* di antara suami dan istri mempunyai panduan dan tujuan yang berlandaskan pada al-Quran dan Hadis. Al-*Hajr* dimaknai sebagai masa perenungan dan intropeksi dalam jangka waktu tertentu untuk meredakan ego masing-masing. Tak hanya itu, masa ini juga menjadi kesempatan bagi pasangan suami istri untuk memperbaiki komunikasi. Berbeda dengan perilaku *silent treatment* yang cenderung didasarkan pada kemarahan dan bertujuan untuk meyakiti dan memanipulasi pasangan.

### 3.5. Ketentuan *Al-Hajr* yang Diperbolehkan dalam Islam

Q.S. an-Nisa [4] ayat 34 telah memberikan sebuah landasan hukum bagi seorang suami ketika terjadi *nusyūz* (pembangkangan) oleh istrinya. Penyelesaian pertama berupa memberikan nasihat, hendaknya seorang suami mengingatkan istrinya untuk melaksanakan kewajibannya, yaitu taat serta berbuat baik kepada suaminya. Nasehat yang diberikan harus dengan cara yang lemah lembut dan dilakukan secara pribadi tanpa melibatkan pihak lainnya. Apabila seorang istri masih belum sadar terhadap kesalahannya maka penyelesaian kedua berupa *al-Hajr*. Ajaran Islam membolehkan konsep *al-Hajr* asalkan sesuai aturan yang berlaku dalam al-Quran dan Hadis.

#### a. Masa *al-Hajr* terbatas

Berdasarkan ayat 34 Q.S. an-Nisa [4], konsep *al-Hajr* tidak memiliki batasan waktu maksimal namun mendingkan pasangan dalam jeda waktu yang lama tanpa ketentuan yang jelas merupakan hal yang tidak diperbolehkan Islam. Imam Syafi'i membatasi *al-Hajr* dengan metode memutus komunikasi, hanya boleh dilakukan maksimal tiga hari. (pamungkas & janitra, 2024). Perihal larangan mendingkan orang lain, buku Bulughul Maram karya Ibnu Hajar Al-Asqalani menyebutkan hadist Rasulullah Saw di bab berbuat baik dan silaturahmi, yaitu hadist 1470:

وَعَنْ أَبِي أَيُّوبَ - رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ - أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - قَالَ: - لَا يَجِلُّ لِمُسْلِمٍ أَنْ يَهْجُرَ أَخَاهُ فَوْقَ ثَلَاثِ لَيَالٍ يُلْتَقِيَانِ، فَيُعْرَضُ هَذَا، وَيُعْرَضُ هَذَا، وَخَيْرُهُمَا الَّذِي يَبْدَأُ بِالسَّلَامِ

Artinya: "Dari Abu Ayyub radhiyallahu ‘anhu, Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda, “Tidak halal bagi muslim memutuskan persahabatan dengan saudaranya lebih dari tiga malam. Mereka bertemu, lalu seseorang berpaling dan lainnya juga berpaling. Yang paling baik di antara keduanya adalah yang memulai mengucapkan salam.” (HR. al-Bukhari dan Muslim)

Hadis ini memperjelas larangan mengacuhkan saudaranya selama lebih dari tiga malam

dengan niat untuk memutus hubungannya, kecuali jika hal tersebut dilakukan untuk mencegah bahaya atau ada kepentingan yang sah. Tak hanya itu, Islam mengajarkan pentingnya menjaga persaudaraan dengan menghindari sifat marah. Jika memahami *al-Hajr* dalam artian tidak melakukan hubungan seksual dengan istri atau pisah ranjang, para ulama membatasi masa *al-Hajr* maksimal selama empat bulan, didasarkan pada *qiyas* terhadap hukum *Ila'* (sumpah suami untuk tidak menggauli istri).

Pemberlakuan durasi dalam konsep *al-Hajr* diharapkan mampu melindungi hak-hak istri agar terhindar dari mudharat atau kerugian dalam masa pemisahan. Kejelasan dalam masa *al-Hajr* juga berfungsi menjaga istri dari kemungkinan penelantaran secara fisik maupun emosional. Dengan adanya batasan tersebut, suami tidak boleh menjadikan *al-Hajr* sebagai cara untuk menyiksa pasangannya secara berkepanjangan, namun hendaknya dilakukan sesuai batasan-batasan yang ada, karena syariat membolehkan *al-Hajr* hanya untuk edukasi dan perbaikan, bukan sebagai bentuk penghukuman yang sewenang-wenang.

### b. Tujuan *al-Hajr* sebagai edukasi dan bersifat sementara

Hukum Islam memandang bahwa *al-Hajr* bukanlah semata-mata sebagai bentuk penindasan maupun hukuman melainkan bagian dari edukasi yang tetap memperhatikan kemaslahatan kedua belah pihak. *Al-Hajr* juga bermaksud untuk memberikan waktu kepada kedua belah pihak untuk menenangkan emosi, menyadarkan istri terkait peran, kewajiban dan tanggung jawabnya terhadap keluarga serta membuka ruang perbaikan tanpa menempuh jalan perpisahan.

Pemberlakuan konsep *al-Hajr* sebagai upaya menyelesaikan konflik yang disebabkan *nusyuz*, selaras dengan prinsip *maqāsid al-syarī'ah* yaitu menjaga jiwa (*hifzu nafs*) dan keturunan (*hifzu nasl*). Pemutusan komunikasi tanpa sebab apapun berpotensi membahayakan jiwa dan kesehatan emosional karena tidak terjalinnya komunikasi dalam konflik yang berkepanjangan dapat memicu rasa kecemasan maupun depresi. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan suatu perbuatan yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain. Di sisi lain, pentingnya konsep *al-Hajr* dalam menghadapi perselisihan rumah tangga, akan berdampak pada keutuhan hubungan keluarga, keluarga yang harmonis berpengaruh terhadap kehidupan seorang anak. Sepasang suami istri yang rukun dan bahagia, dapat mendidik anak dengan akhlak yang baik dan terlindungi dari hal-hal yang negatif, seperti penelantaran, kehilangan peran orang tua dan trauma psikologis.

Keberhasilan penerapan *al-Hajr* juga berdampak positif terhadap keutuhan rumah tangga karena metode ini mempunyai landasan moral dan batasan dalam syariat. Berbuat baik dan menjaga baik kepada pasangan merupakan akhlak mulia yang diajarkan oleh Islam. Rasulullah Swt bersabda:

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِيهِ وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي. رواه الترمذی

Artinya: "Aisyah radhiyallahu 'anha berkata: "Rasulullah Shallallahu 'Alaihi Wasallam bersabda: "Sebaik-baik kalian adalah orang yang paling baik bagi keluarganya. Dan aku orang yang paling baik bagi keluargaku" (HR. Tirmidzi).

### c. Pelaksanaan *al-Hajr* hanya dalam wilayah domestik

Dalam praktik *al-Hajr*, hukum Islam menganjurkan penyelesaian masalah rumah tangga hanya melibatkan pihak internal saja baik itu suami maupun istri. Dalam hal ini tidak melibatkan orang lain yang tidak memiliki kepentingan sehingga keadaan ini menjadi salah satu etika pelaksanaan *al-Hajr*. Pada dasarnya *al-Hajr* dilakukan dengan menghindari bergaul dengan istri di ranjang, perbuatan tersebut tentunya hanya bisa dilakukan di lingkungan rumah saja. Tentunya dengan adanya batasan ini, diharapkan mampu meminimalisir keterlibatan banyak pihak.

Keterlibatan orang lain dalam penyelesaian masalah rumah tangga ditakutkan dapat menimbulkan dampak negatif, seperti pembentukan opini yang tidak objektif sehingga menimbulkan fitnah dan berpotensi merusak hubungan rumah tangga. Batasan ini selaras dengan prinsip hukum Islam yang mengutamakan komunikasi dan musyawarah. Rasulullah Swt telah mengajarkan etika pelaksanaan *al-Hajr*, beliau bersabda:

عن معاوية بن حيدة رضي الله عنه قال : قلت : يا رسول الله ما حق زوجة أحدنا عليه ؟ قال : « أن تطعمها إذا طعمت ، وتكسوها إذا اكتسيت ولا تضرب الوجه ، ولا تقبح ، ولا تهجر إلا في البيت » رواه أبو داود

Artinya: "Dari Muawiyah bin Haidah radhiyallahu `anhu, "Aku berkata: Wahai Rasulullah, apakah hak isteri salah seorang di antara kami yang harus dipenuhi? Beliau menjawab: "Hendaknya kamu memberinya makan jika kamu makan, memberinya pakaian jika kamu berpakaian, tidak memukul wajahnya, tidak menjelekkannya, dan tidak meninggalkannya melainkan di dalam rumah." (HR. Abu Dawud)

### 3.5. Relevansi dan Analisis Perbandingan Perilaku Silent Treatment Dengan Konsep *Al-Hajr* dalam Hukum Islam

Perilaku *silent treatment* mempunyai kesamaan dengan konsep *al-Hajr* dalam hukum Islam. Baik *silent treatment* maupun *al-Hajr* merupakan bentuk tindakan mengabaikan, menghindari atau memutus komunikasi kepada seseorang yang sering digunakan sebagai metode dalam menyelesaikan permasalahan atau bentuk respon ketidaksetujuan atas perilaku tertentu. Perilaku mendiamkan orang lain dalam waktu lama, sering berdampak negatif karena perilaku ini kerap dipandang sebagai bentuk manipulasi emosional. Meskipun tampak serupa, konsep *al-Hajr* lebih menekankan pada prinsip keadilan dan perlindungan hak-hak pasangan, sedangkan *silent treatment* hanya sebagai bentuk pelampiasan emosi tanpa alasan yang jelas.

Pelaksanaan *silent treatment* dan *al-Hajr* tampak serupa, namun keduanya memiliki tujuan, prinsip, batasan dan dampak yang berbeda. *Al-Hajr* dipraktikkan khusus dalam konteks hubungan rumah tangga antara suami dan istri dalam suatu pernikahan, yaitu dengan cara menjauhi pasangan secara fisik tetapi tidak memutus komunikasi secara total. Praktik *silent treatment* bisa terjadi di konteks relasi yang lebih luas, seperti hubungan pertemanan, keluarga dan pekerjaan. Perilaku ini kerap berbentuk pengabaian dan pemutusan komunikasi dalam jangka waktu yang lama.

Dalam perspektif hukum Islam maupun hukum Nasional, perilaku *silent treatment* tidak diperbolehkan dalam segala bentuk relasi, jika bertujuan sebagai hukuman dan memanipulasi pihak lainnya. Dalam hubungan pernikahan, *silent treatment* dapat dikategorikan sebagai bentuk kekerasan emosional atau psikis, apabila berdampak pada kesehatan mental salah satu pasangan, sebagaimana yang tercantum dalam UU tentang PKDRT. Adapun perilaku *silent treatment* dalam hukum Islam termasuk perbuatan dzalim yang dilarang karena bertentangan dengan prinsip mu'asyarah bi al- ma'ruf, prinsip keadilan, dan prinsip musyawarah.

Jika dilihat dari aspek tujuan dan motivasinya, *silent treatment* dan *al-Hajr* tidaklah serupa karena perilaku *silent treatment* sering kali digunakan sebagai bentuk pengendalian situasi oleh seseorang sebagai sarana pelampiasan emosi pribadi, seperti kemarahan, kekecewaan dan sikap frustrasi yang disebabkan oleh konflik. Sedangkan konsep *al-Hajr* bertujuan untuk mendidik dan memperbaiki hubungan, dilakukan secara proposional dan sesuai dengan batasan-batasan syariat.

Dari aspek durasi, *silent treatment* dan *al-Hajr* juga berbeda. Meskipun berdasarkan ayat 34 dari Q.S. an-Nisa tidak secara spesifik membatasi durasi *al-Hajr*, namun beberapa ulama menekankan perlunya pembatasan masa dalam praktik *al-Hajr*. Apabila metode pelaksanaan *al-Hajr* dilakukan dengan tidak adanya komunikasi maka sebagian ulama membatasi masanya maksimal selama tiga hari. Berbeda dengan pendapat ulama lain yang

membatasi masa *al-Hajr* selama empat puluh hari, dianalogikan dengan masa *al-illa'*.

Penetapan masa *al-Hajr* merupakan bagian dari mekanisme penyelesaian konflik dalam rumah tangga yang dimaksudkan untuk mencegah pertikaian yang berkepanjangan. Syariat mengatur *al-Hajr* dengan tujuan yang jelas, hal ini berbeda dengan perilaku *silent treatment* yang dilakukan tanpa batas waktu, tanpa tujuan yang jelas dan lebih condong sebagai bentuk pelampiasan emosi. *Al-Hajr* lebih terarah dalam pelaksanaannya, sedangkan *silent treatment* cenderung destruktif, karena tidak memungkinkan untuk menyelesaikan perselisihan dengan cara yang sehat.

Jadi perilaku *silent treatment* bisa relevan dengan konsep *al-Hajr*, jika memiliki tujuan, batasan, serta prinsip yang serupa. Oleh karena itu, agar praktik *silent treatment* dapat dikategorikan sebagai *al-Hajr* maka hendaknya memperhatikan niat yang benar dan tepat serta sesuai dengan prinsip dan nilai-nilai ajaran Islam. *Al-Hajr* mempunyai konsep yang terstruktur berlandaskan pada Al-Quran dan pemberlakuan *al-Hajr* dapat dipertanggung jawabkan secara moral dan agama, lain halnya dengan perilaku *silent treatment* yang mencerminkan sikap negatif yang tidak sesuai dengan ajaran Islam.

#### 4. KESIMPULAN

Perilaku *silent treatment* dan *al-Hajr* mempunyai bentuk dan makna yang serupa yaitu sikap menghindari, menjauhi, memutus komunikasi ketika terjadi kesalahpahaman atau konflik dalam hubungan tetapi dalam konteks yang berbeda. *Silent treatment* kerap kali terjadi di lingkungan yang lebih luas, seperti hubungan kerja, pertemanan maupun interaksi sosial lainnya, sementara *al-Hajr* hanya berlaku dalam ruang lingkup rumah tangga, khususnya suami dan istri. Hal ini menunjukkan bahwa konsep *al-Hajr* lebih diarahkan untuk menjaga keharmonisan keluarga dengan cara menjaga hak-hak pasangan.

Meskipun mempunyai persamaan, dalam beberapa aspek seperti karakteristik, tujuan, dampak dan pandangan hukum yang berbeda. Dalam perspektif hukum Islam *silent treatment* tidak diperbolehkan karena menyalahi prinsip dan nilai-nilai yang diajarkan dan bisa jadi bentuk kezaliman. Sementara, ketika kita mengkaji Undang-Undang PKDRT mengenai kekerasan dalam rumah tangga, secara spesifik tidak mengatur tentang *silent treatment*. Dengan demikian, apabila perilaku *silent treatment* dilakukan dalam konteks rumah tangga dan dapat menimbulkan dampak emosional yang berat pada salah satu pasangan, maka perilaku ini dikualifikasikan sebagai kekerasan psikis yang memiliki konsekuensi hukum.

Selanjutnya, *al-Hajr* mempunyai landasan Syariat dan batasan etika dan moral. Al-Quran dan Hadis telah memberikan panduan tentang batasan, syarat dan tujuan yang mulia yaitu hanya untuk perbaikan dalam konteks *nusyuz*. Bisa disimpulkan bahwa *silent treatment* tidak serupa dengan *al-Hajr*. *Al-Hajr* adalah tindakan disiplin yang mempunyai batasan bukan sebagai kekerasan dalam rumah tangga.

#### DAFTAR PUSTAKA

- A, A. N., Ichwayudi, B., & Attarwiyah, N. M. (2025). *AL-AFKAR : Journal for Islamic Studies Analisis Hadis Silent Treatment Perspektif Psikologi (Tinjauan Teori Abraham H Maslow)*. Vol. 8, No. 1. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v8i1.1670>. Hadith
- Al-Qurtuby, A. A. M. bin A. bin A. bin A. B. (2006). *Al-Jami' li ahkami Al-Quran* (1st ed.). Al-Resalah Publisher.
- Astuti, M. T., & Triayunda, L. (2023). Komunikasi Keluarga sebagai Sarana Keharmonisan Keluarga. *Journal Of Social Science Research*, Volume 3, No. 2.
- Hasna, S. N. (2025). Silent Treatment Sebagai Bentuk Ekspresi Emosi Marah. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 12, No. 01. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740.cjpp.v12n1.p123-129>

- Helmi, M. I. (2014). Pengadilan Khusus KDRT. *Jurnal Cita Hukum*, Volume II (Kekerasan Dalam Rumah Tangga). <https://pdfs.semanticscholar.org/1c20/20362055b3c85c0a26a3e89435267f275810.pdf>
- Ibnu Katsir, A. A.-F. I. bin U. (1999). *Tafsir Al-Quran Al-Adzim* (2nd ed.). Dar el-Tayyebah Publisher.
- Indonesia, R. (2004). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga. UU RI No.23 Tahun 2004.
- Irawati, S. A. (2025). "Silent Treatment dalam Pernikahan serta Dampaknya bagi Kesehatan Mental Serta Aspek Kekerasan Psikis". *Perfecto Jurnal Ilmu Hukum*, Vol. 3, No. 2, <https://doi.org/10.32884/jih.v3i2.2320>
- Izzuddin, A. (2015). "Praktik *Al-Hajr* dalam Penyelesaian Nusyûz di Pengadilan Agama". *De Jure: Jurnal Hukum Dan Syar'iah*, 7(2),. <https://doi.org/10.18860/j-fsh.v7i2.3520>
- Leonard, J. (2025). "What Is The Silent Treatment And Is It Abuse". Medical News Today. <https://www.medicalnewstoday.com/articles/silent-treatment>
- Makarim, F. R. (2023). "Apa itu Silent Treatment? Ini Ciri dan Efeknya pada Sebuah Hubungan". *Halodoc*. <https://www.halodoc.com/artikel/apa-itu-silent-treatment-ini-ciri-dan-efeknya-pada-sebuah-hubungan?srsId=AfmBOorACHF0DIeU0FeS8ZAbpPnEFc6DCm-yCCx7nvwhlCzMT36yyev2>
- Nurlia, A. (2018). "Nusyuz Suami Terhadap Istri Dalam Perspektif Hukum Islam". *Pactum Law Journal*, Vol. 1, No. 4.
- Pamungkas, Alvian Bhakti, & Janitra, Nabila Thyra. (2024). *85+Alvin+Galley. Al-Afkar: Journal for Islamic Studies*, Vol. 7, No. 4. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v7i4.1225>. Analysis
- Perempuan, K. (2025). *CATAHU 2024: "Menata Data, Menajamkan Arah: Refleksi Pendokumentasian dan Tren Kasus Kekerasan Terhadap Perempuan"*. Komnas Perempuan. <https://komnasperempuan.go.id/catatan-tahunan-detail/catahu-2024-menata-data-menajamkan-arrah-refleksi-pendokumentasian-dan-tren-kasus-kekerasan-terhadap-perempuan#:~:text=Catatan Tahunan-, CATAHU 2024: MENATA DATA%2C MENAJAMKAN ARAH: REFLEKSI PENDOKUMENTAS>
- Puspytasari, H. H. (2022). "Peran Keluarga dalam Pendidikan Karakter bagi Anak. *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 6, No. 1.
- RI, K. A. (2018). *Kompilasi Hukum Islam di Indonesia*. Direktorat Jenderal Bimbingan Masyarakat Islam Direktorat Bina KUA dan Keluarga Sakinah.
- Sari Noviaranti, T. A. (2025). "Perspektif Pasal 5 Huruf A UU PDKRT Dan Hadits Riwayat Al-Bukhari No. 4805 Terhadap Kekerasan Fisik dalam Rumah Tangga". *IRJE Indonesian Research Journal on Education*, Vol. 5, No. 3.
- Statistik, B. P. (2024). "Jumlah Perceraian Menurut Provinsi dan Faktor Penyebab Perceraian (perkara)". <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor-penyebab-perceraian--perkara---2024.html?year=2024>
- Stritof, S. (2023). *What Couples Should Know About the Silent Treatment*. Verywellmind. <https://www.verywellmind.com/married-couples-silent-treatment-2303421>