

## **BAB I. PENDAHULUAN**

### **I.1. Latar Belakang**

Dalam keseharian, manusia sebagai makhluk sosial tidak terlepas dari kegiatan interaksi satu sama lain. Interaksi dilakukan sebagai sarana untuk bertukar pikiran atau mencari informasi sesuai dengan norma dan nilai sosial yang berlaku. Saat interaksi berlangsung, terdapat peluang hadirnya suatu konflik. Sebuah konflik memerlukan penyelesaian, terdapat berbagai cara untuk menyelesaikan konflik. Salah satunya dengan menyampaikan curahan hati secara verbal seperti menegur dan berdiskusi agar kesalahan yang terjadi tidak terulang kembali. Namun, tidak semua menggunakan komunikasi sebagai penyelesaian. Beberapa memilih untuk menggunakan jalur kekerasan, baik itu kekerasan fisik hingga kekerasan emosional yang melibatkan perkataan atau bahasa tubuh.

Dalam kehidupan masyarakat, terdapat sebagian orang yang berpikir bahwa sikap diam dijadikan solusi untuk meredam emosi atau supaya tidak mengeluarkan perkataan kasar. Diam dianggap sebagai sikap yang baik, namun apabila tanpa kejelasan dan perubahan sikap yang tiba-tiba akan memicu rasa bingung, kecemasan, dan mempengaruhi penilaian serta rasa percaya diri. Sikap diam ini yang kemudian dikenal sebagai istilah *silent treatment*. *Silent treatment* dapat terjadi dalam berbagai hubungan seperti keluarga, sahabat, atau pasangan (Williams 2001). Menurut Bayu Alamsyah dalam sesi wawancara, *silent treatment* yang dilakukan oleh orang terdekat berpengaruh pada kondisi psikologis karena sehari-hari melakukan aktivitas bersama atau terlalu bergantung pada orang terdekat. Dibandingkan pada individu dengan karakteristik yang cuek, Bayu menambahkan bahwa *silent treatment* lebih mempan pada individu yang perasa dan memiliki pengalaman traumatis sebelumnya.

Dalam penelitian yang dilakukan, individu dengan usia 18-25 tahun ditemukan mengalami kecemasan karena menerima *silent treatment* saat menjalani hubungan romantis (Putri & Ariana 2022). Terkait temuan tersebut, pada fase usia ini individu memiliki kecenderungan untuk merasakan perasaan negatif yang insentif seperti kecemasan, depresi, khawatir, atau marah (Santosa dkk. 2020). Permasalahan yang

terjadi dalam fenomena *silent treatment* menjadi perhatian dikarenakan sikap diam tersebut dapat mempengaruhi diri dan kehidupan orang lain, salah satunya seperti permasalahan yang dialami oleh wanita berusia 25 tahun. Dirinya pernah mengalami *silent treatment* yang diberikan oleh pacarnya selama enam minggu hingga beberapa bulan. Saat dalam fase pendiaman itu, wanita tersebut diliputi emosi negatif seperti rasa takut, sedih, terlalu memikirkan serta mempertanyakan alasan dirinya mendapatkan pendiaman hingga akhirnya meragukan kepantasan dirinya. Hal itu mempengaruhi pola makannya sehingga jatuh sakit hingga berat badannya turun serta mengalami penurunan performa akademiknya.

Salah satu temuan yang didapatkan yaitu apabila *silent treatment* terus dilakukan, rasa kecemasan akan terus meningkat (Putri & Ariana 2022). Pada tahun 2019, gangguan kecemasan menduduki peringkat kedua dari gangguan mental di Indonesia (Kementerian Kesehatan 2019). Kemudian pada tahun 2021, Kemenkes mencatat bahwa terdapat 18.773 jiwa telah mengalami gangguan kecemasan. Berkaitan dengan hasil kuesioner, sebanyak 75% merasa cemas karena takut hubungan mereka terakhir karena *silent treatment*. Telah tercatat jika kondisi masalah mental di Indonesia sudah dalam tahap yang mengkhawatirkan (Riset Kesehatan Dasar 2018). Hal ini telah menjadi perhatian pemerintah dengan diadakannya program penanganan masalah serta gangguan jiwa. Lembaga yang bertanggung jawab atas masalah mental di Indonesia yaitu Direktorat Pencegahan dan Pengelolaan Masalah Kesehatan Jiwa dan NAPZA (DP2MKJN) di bawah naungan Kementerian Kesehatan.

Selain mempengaruhi aspek kesehatan, *silent treatment* mempengaruhi kualitas suatu hubungan. Hubungan dapat merenggang atau kemungkinan terburuknya adalah berpisah (Wright & Roloff 2009). Dikutip dalam kasus Agarwal & Prakash (2022), *silent treatment* berdampak pada renggangnya hubungan interpersonal. Berdasarkan hasil kuesioner yang telah dilakukan, sebanyak 52,1% telah mengalami hancurnya hubungan karena *silent treatment*. Selain itu renggangnya hubungan dirasakan oleh 68,8% responden.

Mengamati fenomena yang terjadi, perilaku mendiamkan atau *silent treatment* dinilai bukan cara yang tepat untuk menyelesaikan masalah karena berakhir

menyakiti kedua belah pihak, berdampak pada kesehatan khususnya psikologis juga mempengaruhi kualitas hubungan. Ditemukan bahwa prevalensi gangguan mental cukup tinggi pada usia 18-29 tahun (Arnett, Zukausiene, & Sugimura 2014). Diperlukan pencegahan pada kelompok usia remaja awal berusia 18-22 tahun (Kemenkes 2009) agar memahami bahwa *silent treatment* kurang baik untuk dilakukan serta mengurungkan niat untuk melakukan perilaku *silent treatment*. Untuk mencapai tujuan tersebut, diperlukan proses edukasi mengenai adanya suatu fenomena dan dampak dari *silent treatment*. Tahap usia remaja akhir dalam usia 18-22 dipilih karena dinilai telah dapat memainkan peran baru dalam bermasyarakat (Hurlock 2003) pembentukan pribadi berpengaruh bagi masa depan diri dan orang terdekat di sekitarnya..

Perancangan informasi disajikan melalui sebuah video digital *motion graphic*. Ditemukan pada data yang dilakukan oleh tim ‘Kok Bisa?’ (Prasetyawati 2020), bahwa konten video *motion graphic* yang ‘Kok Bisa’ bagikan ternyata lebih diminati oleh target khalayak dalam rentang usia 18-25 tahun. bahwa dengan adanya perancangan informasi ini, kelompok usia remaja akhir dapat memahami adanya fenomena tersebut, terbangun kesadarannya, berbagi serta mengimplementasikan nilai-nilai yang didapatkan pada kehidupan sehari-hari. Dengan hal tersebut individu remaja akhir dapat lebih memaknai hubungan yang dimiliki serta menjadi figur yang lebih baik di masa depan.

## **I.2. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah tentang *silent treatment* sebagai berikut :

- Individu pada rentang usia 18-25 mengalami kecemasan dikarenakan mengalami *silent treatment*. Terkait hal tersebut, usia 18-29 mendapatkan prevalensi gangguan mental yang cukup tinggi.
- *Silent treatment* memicu masalah kesehatan khususnya psikologis dan mengubah pandangan korban tentang dirinya sendiri.
- *Silent treatment* mempengaruhi kualitas hubungan manusia dengan manusia lainnya.

### **I.3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, dapat disimpulkan bahwa bagaimana cara agar remaja akhir memahami serta terbangun kesadarannya tentang adanya fenomena sosial *silent treatment* ?

### **I.4. Batasan Masalah**

Dalam penelitian ini, diperlukan batasan masalah agar pembahasan penelitian ini dapat terarah :

- Batasan Objek : Objek terbatas pada kasus *silent treatment* dalam hubungan interpersonal yang terjadi di Indonesia.
- Batasan Subjek : Batasan subjek yang ditentukan dalam penelitian ini berfokus pada individu dalam lingkup usia 18-25 tahun yang sedang atau pernah melakukan *silent treatment* atau mengalami *silent treatment*..
- Batasan Tempat/Waktu : Dalam penelitian ini sampel penelitian dilakukan terbatas pada wilayah Kota Besar Bandung.

### **I.5. Tujuan dan Manfaat Perancangan**

#### **I.5.1. Tujuan Perancangan**

Remaja akhir dapat memahami adanya fenomena *silent treatment*, terbangun kesadarannya, berbagi serta mengimplementasikan nilai-nilai yang telah didapatkan pada kehidupan sehari-hari dan memaknai hubungan yang dimiliki sehingga dapat menjadi figur yang lebih baik di masa depan.

#### **I.5.2. Manfaat Perancangan**

Manfaat penelitian dibagi berdasarkan manfaat akademis dan manfaat praktis, sebagai berikut :

- **Manfaat Akademis**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi serta menjadi referensi bagi pengembangan ilmu desain komunikasi visual, psikologi, dan juga komunikasi dalam topik *silent treatment*. Selain itu penelitian dan perancangan ini dapat dikembangkan lebih jauh.

- **Manfaat Praktis**

Diharapkan dengan adanya perancangan informasi ini dapat diimplementasikan oleh target usia remaja akhir pada kehidupan sehari-hari. Target usia remaja akhir telah menyadari bahwa terdapat dampak buruk pada *silent treatment* sehingga saat orang terdekatnya melakukan *silent treatment*, audiens dapat memberi tahu bahwa *silent treatment* adalah sikap yang kurang tepat untuk menyelesaikan masalah.