



Efektivitas Komunikasi Pasangan Bekerja Dalam Mengatasi Konflik Rumah Tangga Untuk Tercapainya “Work Family Balance” Di Kelurahan Tanjung Karang Mataram

The Effectiveness Of Partner Communication Worksin Overcoming Household Conflicts To Achieve "Work Family Balance" In Tanjung Karang Mataram Village

Ni Made Noviyanti Mayatika

IAHN Gde Pudja Mataram Postgraduate Program

Email :noviyanti.mayatika@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 09-05-2024

Revised : 11-05-2024

Accepted : 13-05-2024

Published: 15-05-2024

Abstract

Communication is the most important thing in human life. Without communicating, humans cannot socialize with others. Every human being is created to live in pairs to continue his offspring in a household. In domestic life, communication is the main key to running the household, especially for working married couples who lack time to meet every day except holidays. Working married couples tend to be prone to domestic conflicts due to emotional pressure and stress that comes from the workplace and family, so the role of communication is considered very necessary to overcome these household conflicts. Armed with this statement, this study aims to explore the types of domestic conflicts, factors that trigger domestic conflicts and the effectiveness of partner communication in overcoming domestic conflicts to create "work family balance". This research is an interpretive qualitative research with data collection techniques in the form of observation, interviews, and documentation that will be presented in narrative form. The intended informant was one of the working married couples domiciled in Tanjung Karang Mataram Village. Based on the results of the study, it can be seen that the types of conflicts that often occur in working couples are external conflicts such as work problems, family problems, parenting problems, economic problems and misunderstandings or miscommunication. Factors that trigger the conflict are because there is one partner who is busy with work, demands from family that interfere with work, there are different parenting patterns between husband and wife, demands about openness about income and debt receivables owned by the couple and the selfish attitude of one partner that results in misunderstandings between the two. The way to overcome the conflict is to dampen each other's emotions and calm down first, husbands who more often give in to invite talk, both try to find a way out to resolve the conflict. Always prioritize openness in any case, all must be discussed together. Maintain communication while working in the office and always take the time to talk together at home after dinner or before going to bed at night. Always take the time to invite children just to go for a walk or take a family vacation. Each partner also



supports each other towards work as well as the family also fully supports, so that between work matters and roles in the family can run in balance.

Keywords : communication effectiveness, household conflict, work family balance

Abstrak

Komunikasi merupakan hal terpenting dalam kehidupan manusia. Tanpa berkomunikasi, manusia tidak dapat bersosialisasi dengan sesama. Setiap manusia diciptakan hidup berpasangan untuk melanjutkan keturunannya dalam sebuah rumah tangga. Dalam kehidupan rumah tangga, komunikasi menjadi kunci utama berjalannya rumah tangga tersebut, terlebih lagi pada pasangan suami istri bekerja yang minim waktu untuk bertemu setiap harinya kecuali hari libur. Pasangan suami istri bekerja cenderung rawan terhadap konflik rumah tangga dikarenakan tekanan emosi dan stress yang berasal dari tempat kerja dan keluarga, sehingga peran komunikasi dirasa sangat perlu untuk mengatasi konflik rumah tangga tersebut. Berbekal pernyataan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi jenis-jenis konflik rumah tangga, faktor pemicu terjadinya konflik rumah tangga serta efektivitas komunikasi pasangan bekerja dalam mengatasi konflik rumah tangga untuk terciptanya “work family balance”. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif interpretatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi yang akan disajikan dalam bentuk naratif. Informan yang dituju adalah salah satu dari pasangan suami istri bekerja yang berdomisili di Kelurahan Tanjung Karang Mataram. Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa jenis konflik yang sering terjadi pada pasangan bekerja adalah konflik eksternal seperti masalah pekerjaan, masalah keluarga, masalah pengasuhan anak, masalah ekonomi dan kesalahpahaman atau miskomunikasi. Faktor yang memicu terjadinya konflik tersebut adalah karena adanya salah satu pasangan yang sibuk dengan pekerjaan, adanya tuntutan dari keluarga yang mengganggu pekerjaan, adanya pola pengasuhan anak yang berbeda antara suami istri, adanya tuntutan mengenai keterbukaan tentang penghasilan dan hutang piutang yang dimiliki oleh pasangan dan adanya sikap egois dari salah satu pasangan yang mengakibatkan kesalahpahaman diantara keduanya. Cara mengatasi konflik tersebut adalah dengan saling meredam emosi dan menenangkan diri terlebih dahulu, suami yang lebih sering mengalah untuk mengajak berbicara, sama-sama berusaha untuk mencari jalan keluar penyelesaian konflik tersebut. Selalu mengutamakan keterbukaan dalam hal apapun, semua wajib dibicarakan bersama. Saling menjaga komunikasi saat bekerja dikantor dan selalu menyempatkan waktu untuk berbicara berdua dirumah setelah makan malam maupun sebelum tidur malam. Selalu meluangkan waktu untuk mengajak anak sekedar pergi jalan-jalan atau mengajak liburan keluarga. Masing-masing pasangan juga saling mendukung terhadap pekerjaan begitu pula keluarga juga mendukung penuh, sehingga antara urusan pekerjaan dan peran dalam keluarga dapat berjalan seimbang.

Kata kunci : efektivitas komunikasi, konflik rumah tangga, work family balance

PENDAHULUAN

Work-family balance menurut Greenhauss, Collins dan Shaw (2003) dalam (Ferryanti, 2021) merupakan kondisi atau situasi sejauh mana individu terlibat dan puas terhadap peran dalam urusan pekerjaan maupun keluarga. Handayani (2013) dalam (Ferryanti, 2021) menggambarkan *work family balance* tercapai ketika seseorang merasakan kepuasan dalam menjalani peran dengan konflik yang minim, artinya baik suami maupun istri mampu menjalankan peran dan tanggung jawabnya masing-masing, meskipun potensi terjadinya konflik cenderung ada, namun dapat teratasi dengan baik oleh mereka berdua. Segala sesuatu yang terjadi dalam urusan pekerjaan maupun masalah rumah tangga harus dikomunikasikan dengan baik sehingga menghindari konflik yang memicu pertengkaran. Berdasarkan hal tersebut,



komunikasi memegang peranan yang penting dalam menjalani kehidupan rumah tangga. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ferryanti (Ferryanti, 2021) yang menyebutkan bahwa antara komunikasi interpersonal dengan *work family balance* pada karyawan dengan status menikah memiliki hubungan yang erat. Penelitian Safitri (N et al., 2022) juga mengungkapkan bahwa bagi laki-laki dan wanita yang telah menikah khususnya istri, hendaknya lebih mampu untuk berempati dan berkomunikasi dengan pasangannya agar dapat menyeimbangkan hubungan antara pekerjaan dan keluarga serta dalam mengatasi konflik rumah tangga. Di masa sekarang ini, mengingat harga berbagai kebutuhan rumah tangga yang semakin meningkat, biaya pendidikan yang semakin tinggi serta gaya hidup yang selalu ingin mengikuti perkembangan zaman, sebagian besar pasangan suami istri memilih untuk sama-sama menjadi pekerja agar kebutuhan hidup dapat terpenuhi dengan baik. Memilih menjadi pasangan berkerja merupakan kesepakatan bersama dan pilihan ini cenderung memicu konflik rumah tangga. Beragam jenis masalah yang menjadi pemicu terjadinya konflik tentu saja dapat mengganggu keharmonisan sebuah rumah tangga. Menurut (Bombongan Rantesalu & Timuneno, 2020), konflik rumah tangga merupakan suatu keadaan krisis di mana hubungan antara individu dalam ikatan pernikahan menjadi kacau, tidak ada keteraturan yang menyebabkan hilangnya wibawa sebagai orang tua. Konflik dalam rumah tangga yang terjadi pada pasangan suami istri yang bekerja cenderung memiliki masalah yang lebih kompleks, terlebih lagi bila dalam kehidupan rumah tangga tersebut telah di karuniai anak. Penyebab yang paling mendasar adalah pembagian waktu untuk menyeimbangkan antara pekerjaan dan keluarga. Hal ini diperkuat dengan pernyataan Christine dkk (Christine W.S. et al., 2010) yang menegaskan bahwa kesulitan yang dialami oleh keluarga dengan suami dan istri bekerja adalah pembagian waktu antara tuntutan pekerjaan dan keluarga, di mana urusan pekerjaan akan mengganggu kehidupan keluarga dan sebaliknya urusan keluarga dapat mengganggu kehidupan pekerjaan sehingga mengakibatkan kinerja dari suami atau istri menjadi terganggu. Hal ini tentunya akan menjadi pemicu timbulnya konflik rumah tangga apabila tidak didukung dengan komunikasi yang baik antara pasangan suami istri. Masalah komunikasi antara suami istri, menunjukkan bahwa dalam hubungan rumah tangga tersebut terjadi perbedaan persepsi, nilai dan tujuan yang tidak menemukan solusi akan berakhir dengan pertengkaran atau perselisihan (Rifqi, 2020). Pertengkaran atau perselisihan yang terjadi secara terus akan memicu terjadinya perceraian sehingga berakibat runtuhnya rumah tangga yang telah dibangun selama ini. Seperti yang dilansir dalam media berita online katadata.com (Mutia Annur, 2023) dijelaskan bahwa angka perceraian di Indonesia naik setiap tahunnya, data tersebut diperoleh berdasarkan laporan statistik Indonesia tahun 2023, dimana jumlah perceraian di Indonesia mencapai 516.334 kasus pada tahun 2022. Angka ini meningkat 15,31% dibandingkan 2021 yang mencapai 447.743 kasus. Penyebab utama perceraian pada tahun 2022 adalah perselisihan dan pertengkaran dengan jumlah sebanyak 284.169 kasus atau setara 63,41% dari total faktor penyebab kasus perceraian di tanah air. Untuk di kota Mataram, berdasarkan data yang diterbitkan Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil, jumlah kepemilikan akta perceraian di kota Mataram pada tahun 2022 adalah sebanyak 9.355 dengan penjabaran kecamatan Ampenan berjumlah 2.017, kecamatan Sekarbela berjumlah 1.033, kecamatan Mataram berjumlah 1.562, kecamatan Selaparang berjumlah 1.646, kecamatan Cakranegara berjumlah 1.620 dan kecamatan Sandubaya berjumlah 1.477. Menariknya, dari penjabaran data tersebut, kecamatan Sekarbela merupakan kecamatan yang jumlah kepemilikan akta cerainya paling sedikit. Kecamatan Sekarbela adalah kecamatan yang terdiri atas 5 (lima) kelurahan yaitu kelurahan Tanjung Karang, kelurahan Tanjung Karang Permai, kelurahan Kekalik, kelurahan Karang Pule dan kelurahan Jempong Baru. Bila dilihat dari data kepemilikan akta perceraian,



salah satu kelurahan yang jumlah kepemilikan akta cerainya sedikit adalah kelurahan Tanjung Karang yaitu sebanyak 143 dari 1.033 jumlah yang ada. Ini bermakna bahwa penduduk yang berdomisili di kelurahan Tanjung Karang berusaha menjaga keharmonisan rumah tangga dengan menghindari terjadinya perceraian. Salah satu faktor rumah tangga yang harmonis adalah rumah tangga yang kehidupan keluarganya sejahtera dari sisi ekonomi, hal ini diperkuat dengan pemberitaan bahwa kecamatan Sekarbela merupakan kecamatan dengan tingkat kemiskinan yang paling rendah yaitu berjumlah 2.390 KK (Mashum, 2022). Pada umumnya, sebagian besar mata pencaharian penduduk yang berdomisili di kelurahan Tanjung Karang adalah sebagai pekerja baik itu pegawai negeri maupun karyawan swasta. Situasi ini menunjukkan bahwa tidak semua wilayah di Indonesia khususnya di kota Mataram memiliki angka perceraian yang tinggi. Sehingga atas dasar pernyataan tersebut peneliti akan menggunakan kelurahan Tanjung Karang sebagai lokasi yang tepat untuk melakukan penelitian dalam rangka menguji dan mengidentifikasi bagaimana efektivitas komunikasi dalam mengatasi konflik rumah tangga pada pasangan suami istri bekerja yang berdomisili di wilayah kelurahan Tanjung Karang. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul: “Efektivitas Komunikasi Pasangan Bekerja Dalam Mengatasi Konflik Rumah Tangga Untuk Tercapainya “*Work Family Balance*” Di Kelurahan Tanjung Karang Mataram”. Alasan peneliti mengangkat judul penelitian ini dilatabelakangi keinginan peneliti untuk mengkaji bagaimana efektivitas komunikasi pasangan suami istri bekerja yang berdomisili di kelurahan Tanjung Karang dalam mengatasi konflik rumah tangga, sehingga sampai saat ini rumah tangga mereka berjalan harmonis dengan pembagian peran yang seimbang.

METODE PENELITIAN

Rancangan dalam penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif yang berbentuk deskriptif interpretatif. Deskriptif berarti menyampaikan, mengungkapkan, dan menyatakan suatu maksud berupa gambaran suatu keadaan. Interpretatif berfokus pada informasi yang ada, perspektif, opini, kesan, dan pandangan yang berkaitan erat terhadap informasi yang tersedia. Oleh karena itu, deskriptif interpretatif berarti menjelaskan permasalahan penelitian berdasarkan hasil analisis peneliti dimana informasi yang diperoleh berasal dari subjek atau informan penelitian. Dalam pendekatan interpretatif, fakta dipandang sebagai sesuatu yang fleksibel dengan makna yang melekat. Fakta adalah tindakan yang bergantung pada konteks tertentu, bergantung pada apa yang dimaksud orang tertentu dalam situasi sosial (Sugiyono, 2021). Alasan peneliti menggunakan metode deskriptif interpretatif ini adalah karena peneliti akan berinteraksi langsung dengan informan melalui wawancara dan hasil wawancara tersebut akan dianalisis secara naratif dengan menggunakan uraian-uraian bukan menggunakan angka sehingga hasil penelitian nantinya akan digambarkan secara jelas melalui uraian yang ada.

PEMBAHASAN

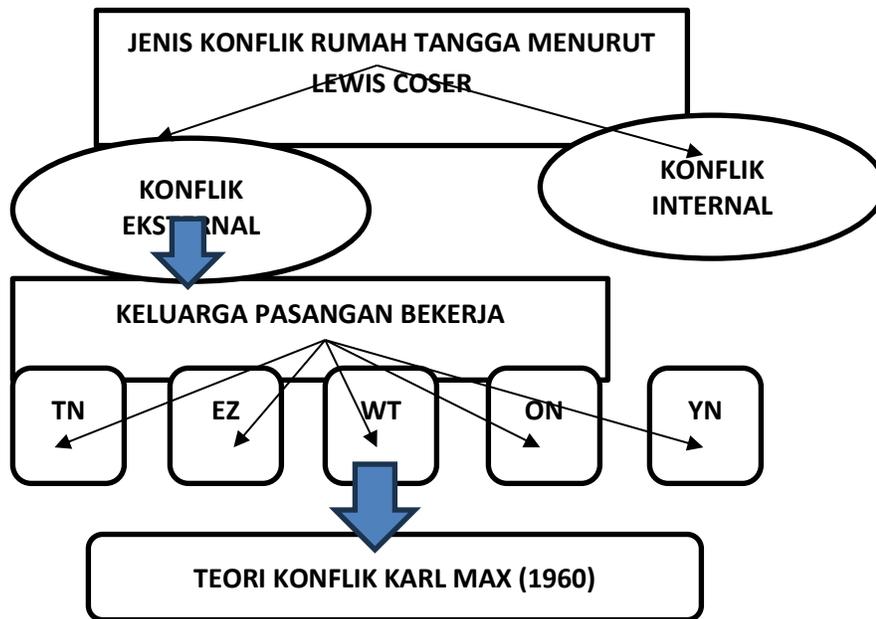
PAPARAN DAN PEMBAHASAN

1. Jenis Konflik Yang Terjadi Dalam Kehidupan Rumah Tangga Pasangan Suami Istri Bekerja.

Setiap pasangan yang telah menikah, pasti pernah mengalami konflik rumah tangga. Konflik rumah tangga bisa terjadi karena adanya kesalahpahaman dalam penyampaian yang mengakibatkan suasana rumah tangga menjadi kurang harmonis. Tidak terkecuali bagi pasangan bekerja, suami dan istri yang memutuskan sama-sama bekerja setelah menikah, menjadi tantangan tersendiri untuk mampu menjalani kehidupan rumah tangga dengan adanya beban pekerjaan yang tidak bisa diabaikan, ditambah urusan rumah tangga yang juga menuntut perhatian penuh. Lewis Coser dalam (Husin & Dkk, 2021) mengelompokkan konflik yang terjadi dalam kehidupan rumah tangga menjadi 2 jenis yaitu konflik



eksternal yang bersumber dari pihak ketiga seperti keluarga, teman, sahabat, tetangga, ada juga disebabkan karna masalah finansial, miskomunikasi, kurang perhatian, kurang peduli, selera pribadi, gaya komunikasi dan sebagainya. Jenis konflik yang kedua adalah konflik internal atau konflik batin yang dipicu oleh diri sendiri seperti hubungan seksual, kecemburuan sosial, iri hati dan lainnya.

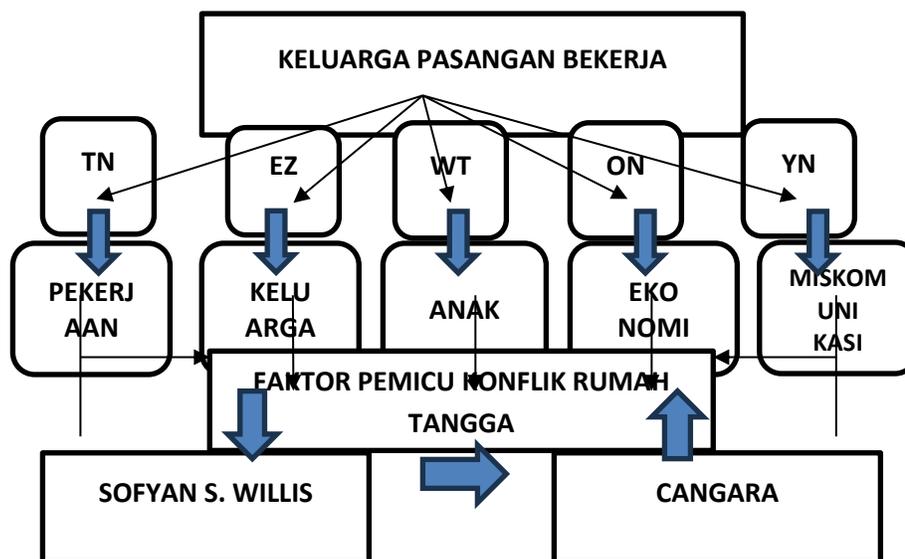


Dari hasil wawancara terhadap ke-5 informan, jawaban yang diperoleh mengenai jenis konflik yang sering terjadi dalam rumah tangganya rata-rata menjawab konflik eksternal. Informan TN menjawab konflik eksternal yang lebih sering terjadi dalam kehidupan rumah tangganya bersumber dari pekerjaan, kemudian informan EZ menjawab konflik eksternal yang terjadi dalam rumah tangganya bersumber dari keluarga, informan WT menjawab konflik eksternal yang terjadi bersumber dari keluarga yaitu anak, lalu informan ON menjawab konflik eksternal juga yang bersumber dari masalah ekonomi dan keluarga menyangkut pendidikan dan pola pengasuhan anak dan terakhir informan YN juga menjawab konflik eksternal yang terjadi karena adanya miskomunikasi.

Jadi secara keseluruhan dari jawaban ke-5 informan tersebut, jenis konflik yang sering terjadi dalam rumah tangga mereka adalah konflik eksternal. Konflik eksternal ini dapat terjadi karena ada faktor yang memicu terjadinya pertengkaran antara suami dan istri. Bila dilihat dari jawaban ke-5 informan tersebut, dengan usia pernikahan yang beragam pula, dapat disimpulkan bahwa mereka juga mengalami konflik dalam rumah tangganya. Hal ini relevan dengan teori konflik yang dicetuskan oleh Karl Max (1960) dalam (Cangara, 2023) yang memandang bahwa konflik dalam rumah tangga memang sudah lumrah terjadi dan merupakan hal yang biasa, terlebih lagi di era modern seperti saat ini sudah banyak istri yang bekerja untuk membantu perekonomian keluarga.

2. Faktor-Faktor Yang Memicu Terjadinya Konflik Dalam Kehidupan Rumah Tangga Pasangan Suami Istri Yang Bekerja.

Konflik yang terjadi dalam kehidupan rumah tangga pasangan bekerja tentu memiliki penyebab yang memicu terjadinya konflik. Sebelumnya telah dibahas bahwa konflik yang sering terjadi dalam rumah tangga ke-5 informan yang diwawancarai adalah konflik eksternal. Adapun untuk penjelasan mengenai faktor pemicu terjadinya konflik rumah tangga ini dapat dijabarkan sebagai berikut :



Gambar 4.4.2

Faktor Pemicu Konflik

Berdasarkan jawaban dari ke-5 informan tersebut, konflik eksternal yang terjadi dalam kehidupan rumah tangga mereka, memiliki faktor pemicu konflik yang berbeda-beda. Berikut adalah penjabaran dari jawaban ke-5 informan tersebut mengenai faktor pemicu terjadinya konflik :

- a. Informan TN menjelaskan bahwa pemicu terjadinya konflik dalam rumah tangganya yaitu disebabkan karena suami yang sibuk dengan pekerjaannya, dimana TN menyebutkan bahwa jam kerja suami lebih berantakan, mobile callnya lebih sibuk, dimana pada saat TN ingin mengajak keluar atau liburan, waktu suami terbatas sehingga itu yang memicu terjadinya konflik.
- b. Informan EZ, menjelaskan bahwa yang memicu terjadinya konflik dalam rumah tangganya adalah faktor keluarga yaitu ibu mertua. EZ mengatakan pernah terjadi miskomunikasi dengan ibu mertua yang pada saat itu ingin anak dan menantunya sekaligus cucunya berkunjung kerumahnya. Namun EZ dan istri pada waktu itu tidak bisa memenuhi permintaan ibu mertuanya untuk berkunjung kerumah karena kesibukan bekerja. Hal tersebut memicu konflik antara EZ dan istrinya.
- c. Informan WT, menjelaskan bahwa yang pernah menyebabkan WT dan istri berkonflik yaitu keluarga dalam hal pengasuhan anak. Hal sepele namun menyebabkan konflik, yaitu pada saat anak-anaknya selesai bermain namun tidak mau merapikan mainannya, menyebabkan istrinya marah karena rumahnya menjadi berantakan. Istri WT selalu mengajarkan anak-anaknya untuk disiplin terhadap apapun termasuk ketika selesai bermain harus merapikan kembali mainannya, Hal tersebut membuat istri WT marah dan berkonflik dengan WT karena perbedaan pendapat.
- d. Informan ON, menjelaskan bahwa faktor pemicu terjadinya konflik dalam rumah tangganya adalah masalah finansial atau masalah ekonomi, terkait penghasilan dan hutang piutang. ON selalu menginginkan suami untuk selalu terbuka masalah penghasilan dan hutang-hutangnya.
- e. Informan YN, menjelaskan faktor yang memicu konflik dalam rumah tangganya adalah miskomunikasi dimana YN sering menunjukkan sikap egois yang mengakibatkan kesalahpahaman atau selisih pendapat dengan suami.

Berdasarkan jawaban dari ke-5 informan tersebut mengenai faktor pemicu terjadinya konflik dalam rumah tangga mereka, maka dapat dilihat bahwa penyebab konflik rumah tangga secara umum dari setiap pasangan suami istri adalah karena masalah pekerjaan, keluarga, pengasuhan anak, masalah finansial serta miskomunikasi yang menimbulkan kesalahpahaman, Hal ini relevan dengan pernyataan Sofyan S. Willis (2008) yang menjelaskan bahwa ada beberapa faktor penyebab terjadinya konflik dalam kehidupan rumah tangga yaitu berkurangnya komunikasi antara suami dan istri, sikap egosentrisme,



masalah ekonomi, masalah kesibukan, masalah pendidikan, perselingkuhan dan jauh dari agama. Cangara (2023) juga menjelaskan mengenai beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya konflik dalam rumah tangga seperti kecurigaan, merendahkan atau mempermalukan pasangan di depan orang lain, cara berpikir yang tidak sejalan, tidak menyisihkan waktu untuk keluarga karena sibuk bekerja, pembagian tugas rumah tangga yang tidak seimbang, pola pengasuhan anak yang berbeda serta ketidakdewasaan dalam mengelola konflik. Maka, dapat disimpulkan bahwa jawaban dari ke-5 informan tersebut juga memiliki relevansi sesuai dengan pernyataan para ahli. Adapun dari penjelasan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut :

3. Efektivitas Komunikasi Pasangan Suami Istri Bekerja Dalam Mengatasi Konflik Rumah Tangga Untuk Tercapainya “*Work Family Balance*”.

Komunikasi merupakan salah satu unsur terpenting bagi keberlangsungan rumah tangga yang dijalani. Tanpa berkomunikasi, kehidupan rumah tangga tidak akan berlangsung dengan baik dan harmonis. Komunikasi menjadi kunci pasangan suami istri dalam berinteraksi terutama saat berkonflik agar terhindar dari kesalahpahaman dan konflik yang berkepanjangan. Hasil wawancara terhadap ke-5 informan diperoleh beberapa informasi mengenai pentingnya komunikasi dan efektivitas komunikasi yang dilakukan dalam kehidupan rumah tangganya sebagai berikut :

- a. Informan TN mengungkapkan bahwa 99% komunikasi itu sangat penting dalam menjaga keutuhan rumah tangga. TN selalu berupaya menjaga komunikasi dengan suami baik pada saat bekerja seperti menanyakan keadaan saat dikantor, menanyakan sudah makan atau belum, begitu pula saat dirumah , TN dan suami tetap menyempatkan waktu untuk berbicara berdua mengenai masalah pekerjaan, keluarga, pengasuhan anak. Menurut TN sebisa mungkin rumah tangga itu dibicarakan dan selalu mengutamakan keterbukaan meskipun harus dipancing dulu agar mau terbuka, komunikasi berperan penting dalam menyelesaikan konflik dengan suami. TN menjelaskan ketika berkonflik, suami lebih dulu mengalah untuk mengajak berkomunikasi kemudian TN dan suami berusaha sama-sama menyelesaikan konflik dan mereka berkomitmen bahwa konflik tersebut tidak perlu diketahui oleh keluarga besar terutama orang tua agar tidak mencampuri urusan rumah tangganya dan tidak menjadi konflik yang berkepanjangan. Menurut TN, mempertahankan komunikasi dengan baik terhadap suami dan keluarga adalah penting, sehingga antara urusan pekerjaan dan urusan rumah tangga berjalan dengan seimbang, karena antara TN dan suami juga saling mendukung dengan pekerjaan masing-masing, keluarga pun mendukung penuh terhadap keputusan mereka untuk sama-sama menjadi pasangan bekerja. TN dan suami juga selalu menyempatkan diri untuk mengajak anak pergi jalan-jalan atau liburan sehingga anak tetap mendapat waktu dan kasih sayang dari orang tuanya.
- b. Informan EZ mengungkapkan bahwa 95% komunikasi itu penting dalam kehidupan rumah tangganya. EZ dan istri selalu berusaha menjaga komunikasi dan terbuka mengenai masalah pekerjaan dan keluarga. Saat dikantor, EZ dan istri tetap meluangkan waktu untuk berkomunikasi pada saat jam istirahat, begitu pula pada saat dirumah biasanya setelah makan malam atau sebelum tidur selalu menyempatkan diri untuk ngobrol berdua. Ketika berkonflik, EZ biasanya lebih dulu mengalah menunggu untuk emosi istri mereda dulu baru memulai berkomunikasi, mencari jalan keluar bersama-sama. EZ mengatakan bahwa konflik tidak pernah berkepanjangan paling lama satu hari. Antara EZ dan istri tidak pernah ada batasan artinya tidak ada hal-hal yang harus ditutupi, semua dibicarakan berdua, dan antara EZ dan istri sudah saling memahami kapan harus berkomunikasi yang tepat. Menurut EZ, komunikasi menjadi hal yang penting dalam mengatasi konflik rumah tangga, karena banyak masalah yang tidak tersampaikan ketika EZ dan istri tidak berkomunikasi. Antara EZ dan istri selama ini saling mendukung dalam hal pekerjaan, mereka juga mendapat dukungan penuh dari keluarga. EZ dan istri juga selalu meluangkan waktu untuk pergi jalan-jalan bersama anak, meskipun salah satu diantara mereka terkadang harus menyelesaikan pekerjaan dulu, namun mereka saling mengisi waktu untuk bersama anak. Sampai saat ini rumah tangga EZ masih dalam proses transisi kearah penyeimbangan waktu artinya, waktu untuk pekerjaan dan waktu untuk keluarga tidak saling terganggu.



- c. Informan WT, mengungkapkan bahwa 100% komunikasi itu penting dalam kehidupan rumah tangga, bahkan menjadi hal utama untuk menghindari kesalahpahaman. Baik WT dan istri selalu belajar mengenai pentingnya kesadaran untuk saling memahami masing-masing pribadi. Menurut WT, komunikasi merupakan solusi untuk menyelesaikan konflik rumah tangga yang terjadi. Kuncinya adalah keterbukaan, apapun yang terjadi dalam berumah tangga harus sering berkomunikasi dan sebisa mungkin untuk memberikan perhatian lebih ke anak-anak. WT bahkan sudah mengajarkan anak-anak sedari dini untuk selalu terbuka, bercerita apapun yang mereka alami. WT dan istri juga tetap menjaga komunikasi baik saat dikantor maupun dirumah, dan sebisa mungkin saling mengingatkan terutama mengenai masalah pengasuhan anak. Konflik biasanya dapat terselesaikan saat itu juga, antara WT dan istri memiliki komitmen tidak pernah membawa masalah pekerjaan kerumah begitu pula sebaliknya masalah dirumah juga tidak pernah ikut terbawa ke kantor. WT dan istri saling mendukung pekerjaan masing-masing, dukungan penuh dari orang tua pun membuat WT dan istri selalu bersemangat untuk menjalani pekerjaan dan saling mendukung dalam menjalani peran dirumah, terutama selalu berusaha mengganti waktu yang hilang dengan mengajak anak-anak pergi jalan-jalan sekedar ke alfamart atau indomaret untuk membeli apa yang mereka inginkan, atau mengajak liburan bersama keluarga sehingga anak-anak WT pun sudah memaklumi kedua orang tuanya bekerja.
- d. Informan ON, mengungkapkan bahwa 90% komunikasi itu penting dalam kehidupan rumah tangganya. Keterbukaan dalam berkomunikasi dengan suami merupakan kunci dalam menyelesaikan konflik yang terjadi agar tidak ada hal yang mengganjal sehingga bisa sama-sama menyamakan persepsi karena berusaha untuk membicarakan segala sesuatu sejelas mungkin. ON dan suami sama-sama menerima masukan asalkan itu bersifat positif dan ada kemauan dari ON dan suami untuk saling terbuka menjelaskan satu sama lain. Menurut ON, keterbukaan dalam masalah keuangan juga sangat penting karena istri harus mengetahui jumlah penghasilan suami termasuk jumlah hutang piutang yang ada. ON menganggap bahwa segala sesuatu harus dikomunikasikan jangan ada yang ditutupi dan menjaga komunikasi dengan suami juga penting seperti selalu menanyakan keadaan dikantor, menanyakan sudah makan atau belum begitu pula dirumah ON dan suami tetap menyempatkan waktu untuk berbicara berdua dengan suami seputar pekerjaan dan keluarga. Dalam menyelesaikan konflik, suami biasanya mengalah dan lebih dulu menyapa, konflik biasanya terselesaikan selama 3-4 hari, sesaat setelah berkonflik, mereka lebih memilih untuk sama-sama meredam emosi untuk menghindari konflik berkepanjangan, setelah menenangkan diri barulah mereka berusaha untuk sama-sama menyelesaikan konflik tersebut. Terhadap pekerjaan, ON dan suami saling mendukung, begitu juga dengan keluarga yang selalu mendukung penuh dan tidak pernah mencampuri urusan pekerjaan. Sehingga sampai saat ini, antara pekerjaan dan peran dirumah dapat berjalan seimbang. ON dan suami tidak terlalu memikirkan pekerjaan rumah karena mereka saling mengisi dan bergantian untuk menjalankan peran tersebut.
- e. Informan ke-5 inisial YN mengungkapkan bahwa komunikasi itu 100% penting dalam membina hubungan harmonis dalam kehidupan rumah tangganya. YN dan suami selalu berusaha menyelesaikan konflik yang terjadi tidak lebih dari 2 hari. YN dan suami juga sepakat bila berkonflik tidak bercerita kepada orang tua. Dalam menyelesaikan konflik mereka sama-sama mencoba untuk meredam dulu emosi masing-masing kemudian setelah keduanya tenang baru membahas penyelesaian konflik tersebut bersama-sama. YN dan suami tetap menjaga komunikasi baik dikantor seperti mengingatkan makan dan sholat sedangkan dirumah mereka juga meluangkan waktu untuk ngobrol berdua sama-sama bercerita bila ada masalah pekerjaan atau keluarga dan meluangkan waktu untuk berkumpul dengan keluarga biasanya di setiap sabtu minggu. Menurut YN dalam berkomunikasi itu yang terutama adalah kejujuran dan keterbukaan dan selama berumah tangga, cinta terhadap pasangan juga tidak boleh berkurang. YN dan suami berusaha untuk saling mendukung dalam pekerjaan masing-masing, keluarga juga mendukung

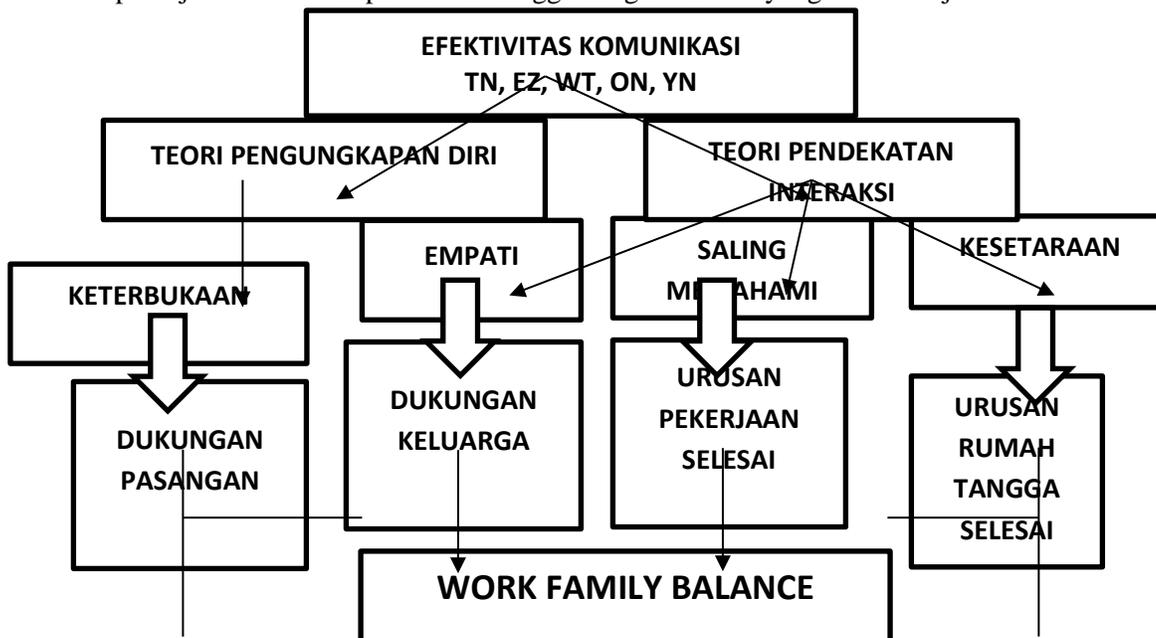


dan memberi kepercayaan kepada YN dan suami dengan harapan agar antara pekerjaan dan rumah tangga bisa berjalan seimbang.

Secara keseluruhan, dari hasil wawancara ke-5 informan tersebut dapat dilihat bahwa efektivitas komunikasi para informan dalam mengatasi konflik rumah tangga yang terjadi sangat baik dimana para informan dan pasangannya berusaha untuk mengatasi konflik dengan meredam emosi masing-masing, ada salah satu dari pasangan yang mengalah duluan untuk mengajak berkomunikasi dan selalu berusaha menyelesaikan konflik bersama-sama. Para informan juga selalu berusaha untuk tetap menjaga komunikasi dengan pasangannya baik pada saat bekerja di kantor maupun dirumah dengan tetap menyempatkan waktu berbincang berdua.

Aspek terpenting dari komunikasi yang merupakan jawaban keseluruhan dari para informan adalah keterbukaan. Informan dan pasangannya selalu mengedepankan keterbukaan dalam kehidupan rumah tangganya untuk menghindari kesalahpahaman dan terjadinya konflik berkepanjangan. Segala sesuatu yang menyangkut rumah tangga harus dibicarakan. Bersinergi dengan hal tersebut, Joseph A. De Vito dalam (Cangara, 2023) juga menyatakan bahwa salah satu aspek yang mempengaruhi efektivitas komunikasi interpersonal dalam kehidupan rumah tangga yaitu keterbukaan, apapun yang dibicarakan baik itu cerita, keluhan maupun pencarian solusi harus dikomunikasikan secara terbuka sehingga keduanya sama-sama memperoleh kepuasan yang menciptakan kebahagiaan. Aspek lainnya menurut Joseph, yang mempengaruhi efektivitas komunikasi pasangan suami istri adalah empati dimana antara suami dan istri harus berusaha mencari tahu apa yang sedang terjadi pada masing-masing pribadi dan menempatkan diri pada situasi yang terjadi. Selanjutnya, Cangara (2023) juga menyatakan salah satu pedoman untuk menciptakan komunikasi yang efektif antara suami dan istri adalah mengatasi konflik dengan selalu berkomunikasi terhadap pasangan. Teori pengungkapan diri (*self disclosure theory*) yang dicetuskan oleh Sidney Marshall Jourad (1926-1974) dalam (Nurdin, 2022) erat kaitannya dengan keterbukaan pasangan suami istri dimana teori ini memandang bahwa saling mengungkapkan isi hati maka akan menghilangkan rasa curiga maupun rasa tidak percaya antara suami dan istri. Pengungkapan diri akan memberikan peluang untuk suami dan istri mengemukakan hal-hal mengenai diri pribadi secara terbuka. Dengan demikian, pernyataan dari para ahli tersebut memiliki relevansi dengan jawaban para informan.

Efektivitas komunikasi yang baik antara pasangan suami dan istri juga akan berjalan baik bila mendapat dukungan penuh dari masing-masing pribadi dan dari keluarga terutama orang tua. Sesuai dengan jawaban dari ke-5 informan tersebut bahwa mereka dan pasangan masing-masing saling mendukung terhadap pekerjaan begitu pula dengan keluarga juga memberikan dukungan penuh, sehingga apa yang menjadi definisi *work family balance* pun dapat tercapai, yaitu rasa puas dalam menjalani pekerjaan dan kehidupan rumah tangga dengan konflik yang minim terjadi.





Gambar 4.4.3

Efektivitas Komunikasi Pasangan Bekerja

Anggapan bahwa komunikasi merupakan hal terpenting dalam menjalani kehidupan rumah tangga, terbukti dari jawaban ke-5 informan tersebut dimana dalam berumah tangga mereka tidak mungkin tidak berkomunikasi dengan pasangannya terutama pada saat berkonflik, biasanya istri selalu menghindar tetapi suami selalu mengalah untuk mengajak berkomunikasi lebih dulu atau keduanya malah memilih untuk menenangkan diri, namun pasti ada kondisi yang mengharuskan keduanya untuk berinteraksi. Hal ini sesuai dengan jawaban informan TN yang mengatakan bahwa ketika berkonflik, TN dan suami tidak mungkin tidak akan berkomunikasi seperti suami akan bertanya dimana handuknya dan istri juga membutuhkan suami untuk memanaskan mobilnya disinilah terjadi komunikasi yang tidak bisa dihindari meskipun salah satu pasangan mungkin berusaha menghindar. Teori pendekatan interaksi yang dicetuskan oleh Paul Watzlawick menyatakan bahwa dalam sebuah keluarga memiliki hubungan sebab akibat yang saling berkaitan baik bersifat fleksibel maupun bersifat kaku. Nurdin (2022) juga mengemukakan bahwa ada asumsi yang dibangun dalam teori pendekatan interaksi yaitu seseorang tidak dapat tidak berkomunikasi maka teori ini relevan penggunaannya dalam menginterpretasikan jawaban dari informan.

Pada akhirnya, setiap pasangan suami istri yang menjalani kehidupan rumah tangga berharap agar rumah tangganya dapat berjalan harmonis. Begitu pula dengan pasangan suami istri yang bekerja juga mendambakan kehidupan rumah tangganya harmonis dan sejahtera. Dalam konsep Hindu, gambaran dari keluarga yang harmonis, bahagia dan sejahtera yang berlandaskan nilai-nilai luhur dari ajaran Agama Hindu disebut dengan keluarga sukinah. Terdapat beberapa mantra atau doa dalam ajaran Hindu yang terkait dengan keluarga sukinah seperti :

Dalam Manawa Dharmasastra IX. 101. 102 disebutkan :

"Anyonyesyaioayabhicaro bhaivedamarantikah, esa dharmah samasena jnevah stripumsayoh parah".

Artinya : Hendaknya hubungan yang setia berlangsung sampai mati", singkatnya, ini harus dianggap sebagai hukum yang tertinggi dari suami istri.

"Tatha nityam yateyatam atripumasu tu kritekriyau jatha nabhicaretam tau wiyuktawita retaram"

Artinya : Hendaknya laki-laki dan perempuan yang terikat dalam ikatan perkawinan, mengisyaratkan supaya mereka tidak ' bercerai dan jangan hendak melanggar kesetiaan antara satu dengan yang lainnya)

Seyogyanya, pasangan suami istri harus saling terbuka kepada masing-masing pihak dan saling menghargai serta saling menghormati. Kesadaran ini patut ditumbuhkan dalam diri masing-masing (suami dan istri) dan dikembangkan dalam kehidupan berumah tangga, karena hal ini akan sangat berpengaruh terhadap kelangsungan dan kesucian suami istri itu sendiri. Menjaga komunikasi antara suami dan istri yang didasari keterbukaan dan kejujuran merupakan salah satu kunci berjalannya kehidupan rumah tangga yang harmonis



SIMPULAN

Komunikasi dalam kehidupan berumah tangga merupakan salah satu faktor terpenting yang harus selalu dilakukan oleh pasangan suami dan istri. Bagi pasangan bekerja, adanya tuntutan pekerjaan yang dialami oleh keduanya, membuat tingkat emosi dan stress menjadi lebih tinggi karena beban pekerjaan. Hal tersebut mampu memicu terjadinya konflik rumah tangga. Konflik eksternal lebih sering menjadi penyebab pertengkaran antara suami dan istri, seperti masalah pekerjaan, masalah keluarga, masalah finansial dan miskomunikasi. Menjaga komunikasi adalah salah satu solusi untuk membuat hubungan suami dan istri yang bekerja tetap harmonis, bukan saja bagi mereka berdua tetapi menjaga komunikasi dengan keluarga juga sangatlah penting terutama anak. Keterbukaan dan kejujuran merupakan salah satu syarat keefektifan komunikasi suami istri berjalan dengan baik. Semua urusan pekerjaan maupun rumah tangga memang harus dibicarakan bersama-sama. Dengan berkomunikasi, maka konflik yang terjadi pun dapat diselesaikan. Menjadi pasangan bekerja, bukan berarti hidupnya akan selalu berkonflik. Asalkan suami dan istri saling mendukung pekerjaan satu sama lain, kemudian adanya dukungan penuh dari keluarga dan tetap menjaga komunikasi sebaik mungkin, maka akan terciptalah sebuah kepuasan hidup dimana pekerjaan dan urusan rumah tangga dapat berjalan dengan seimbang. Efektivitas komunikasi yang baik dari pasangan bekerja tentu akan mampu mengatasi konflik rumah tangga sehingga pada akhirnya apa yang menjadi konsep *work family balance* pun tercapai dimana adanya rasa puas dari pasangan bekerja dalam menjalani pekerjaan dan kehidupan rumah tangga dengan konflik yang minim terjadi

DAFTAR PUSTAKA

- Azis, Y. A. (2022). *Kerangka Penelitian : Pengertian, Isi dan Contoh*. Diakses pada 04 Oktober 2024 dari <https://deepublishstore.com/blog/kerangka-penelitian>.
- Bombongan Rantesalu, M., & Timuneno, A. (2020). *Pengaruh Konflik Rumah Tangga Terhadap Karakter Anak*. PEADA: Jurnal Pendidikan Kristen, 1(1), 31–46. <https://doi.org/10.34307/peada.v1i1.13>. Diakses Pada 25 September 2023.
- Cangara, H. (2021). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Edisi Kesepuluh. Depok : PT. Raja Grafindo Persada.
- Cangara, H. (2023). *Komunikasi Keluarga (Family Communication) Jalan Menuju Ketahanan Keluarga Dalam Era Digital*. Edisi Pertama. Jakarta : Kencana.
- Christine W.S., Megawati Oktorina, & Indah Mula. (2010). *Pengaruh Konflik Pekerjaan dan Konflik Keluarga Terhadap Kinerja dengan Konflik Pekerjaan Keluarga Sebagai Intervening Variabel (Studi pada Dual Career Couple di Jabodetabek)*. Jurnal Manajemen Dan Kewirausahaan, 12(2), pp.121-132. <http://puslit2.petra.ac.id/ejournal/index.php/man/article/view/18170>. Diakses pada 25 September 2023.
- Citra Triyandra, A., Arif, E., & Asmawi, ; (2020). *Peran Komunikasi Dalam Keluarga Bekerja (Studi Kasus Pada Anak Pasangan Bekerja)*. Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam, 11(2), 101–107. <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/almunir>. Diakses pada 25 September 2023.
- Ekowati, S & Tezar Arianto. (2022). *Work Family : Tinjauan Konflik*. Edisi Pertama. Yogyakarta :



Deepublish.

Faridah, F. (2019). *Komunikasi Dalam Interaksi Sosial (Analisis Etika Komunikasi Dalam Perspektif Islam)*. Retorika: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Penyiaran Islam, 1(1), 99–109. <https://doi.org/10.47435/retorika.v1i1.247>. Diakses pada 28 November 2023.

Fatmawati. (2023). *Kecamatan Sekarbela Makin Gencar Turunkan Angka Stunting*. KBRN, Mataram. Diakses pada 17 Februari 2024 dari <https://www.rri.co.id/daerah/480075/kecamatan-sekarbela-makin-gencar-turunkan-angka-stunting>.

Ferryanti, W. (2021). *Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dengan Work-Family Balance Pada Karyawan Yang Telah Menikah* [Universitas MuhammadiyahMalang]. <https://eprints.umm.ac.id/72805/%0Ahttps://eprints.umm.ac.id/72805/1/skripsi.pdf>. Diakses pada 25 September 2023.

Huda, F. amirul. (2018). *Qualitative Research*. Fatkhan.Web.Id. Diakses pada 09 Oktober 2023 dari <https://fatkhan.web.id/pengertian-rancangan-penelitian-kualitatif>.

Husin, S., Mutaalim., Asman., Riky M., Imron F., Budi H., Yunus M., Arifin M., Yudi AR., Agustiawan., Imam, T., Ubaidillah M. 2021. *Buku Ajar Model Dan Strategi Manajemen Konflik Dalam Rumah Tangga (E-book version)*. Purbalingga : Eureka Media Aksara. <http://digilib.uinkhas.ac.id>. Diakses pada 14 Maret 2024.

Istiqomah, F. A., Nurhadi, N., & Hermawan, Y. (2021). *Komunikasi Di Dalam Keluarga Antara Orang Tua Pekerja Dan Anak Di Kota Surakarta*. Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan, 8(2), 210–220. <http://doi.org/10.21009/JKKP.082.09>. Diakses pada 25 September 2023.

Kumala, D. N. (2023). *Teori adalah : Pengertian, Jenis-Jenis, Fungsi dan Manfaatnya Dalam Penelitian*. Dailysocial.Id. Diakses pada 03 Oktober 2023 dari <https://dailysocial.id/post>.

Mashum, A. (2022). *22.491 KK Kota Mataram Miskin Ekstrem*. Radar Lombok. Diakses pada 30 November 2023 dari <https://radarlombok.co.id/22-491-kk-kota-mataram-miskin-ekstrem.html>.

Mataram, P. K. (2017). *Selayang Pandang Kelurahan Tanjung Karang Mataram*. PPID Kota Mataram. Diakses pada 30 November 2023 dari <https://sip-ppid.mataramkota.go.id/file/selayang-pandang-kel.-tanjung-karang.pdf>.

Moleong, L. J. (2020). *Metodologi Peneltian Kualitatif*. Edisi Revisi. Bandung : Remaja Rosdakarya.

Mutia Annur, C. (2023). *Kasus Perceraian di Indonesia Melonjak Lagi pada 2022, Tertinggi dalam Enam Tahun Terakhir*. Databoks, 2023. Diakses pada 25 September 2023 dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/03/01/kasus-perceraian-di-indonesia-melonjak-lagi-pada-2022-tertinggi-dalam-enam-tahun-terakhir>.

Nurdin, A. (2022). *Teori Komunikasi Interpersonal Disertai Contoh Fenomena Praktis*. Edisi Kedua. Jakarta : Kencana.



- Pudja, G & Tjokroda Sudharta. (2002). *Manawa Dharmacastra (Manu Dharma Sastra atau Weda Smrti Compendium Hukum Hindu)*. Jakarta : CV. Pelita Nursatama Lestari.
- Pruitt, Dean G. & Jeffrey Z Rubin. 2011. *Teori Konflik Sosial*. Edisi Ketiga. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Psikologimania. (2023). *Pengertian Teori*. Psikologimania. Diakses pada 03 Oktober 2023 dari <https://www.e-jurnal.com/2013/12/pengertian-teori.html>.
- Rachmadani, C. (2013). *Strategi Komunikasi dalam Meningkatkan Konflik Rumah Tangga Mengenai Perbedaan Tingkat Penghasilan di RT.29 Samarinda Semarang*. EJournal Ilmu Komunikasi, 1(1), 212–227. <https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/?p=691>. Diakses pada 30 September 2023.
- Rifqi, I. M. (2020). *Strategi Manajemen Konflik Pasangan Suami Istri Dengan Status Istri Bekerja Dan Suami Pengangguran*. [Universitas Airlangga]. In Skripsi Tesis, Universitas Airlangga. <https://repository.unair.ac.id/96142/%0Ahttps://repository.unair.ac.id/96142/4/4>. BAB I PENDAHULUAN .pdf. Diakses pada 25 September 2023.
- Sampoerna, A. (2022). *Rancangan Penelitian : Arti, Manfaat dan Contoh*. Sampoerna University. Diakses pada 09 Oktober 2023 dari <https://www.sampoernauniversity.ac.id/id/rancangan-penelitian-arti-manfaat-dan-contoh>.
- Sampoerna, A. (2023). *Apa Itu Kajian Pustaka? Mahasiswa Harus Tahu!* Sampoerna University. Diakses pada 28 November 2023 dari <https://www.sampoernauniversity.ac.id/id/kajian-pustaka>.
- Samsuri, T. (2003). *Kajian Teori, Kerangka, Konsep Dan Hipotesis Dalam Penelitian. Kajian Teori, Kerangka Konsep Dan Hipotesis Dalam Penelitian*, 1–7. Diakses pada 26 September 2023 dari <https://docplayer.info/49065367-1-kajian-teori-kerangka-konsep-dan-hlpotesis-dalam-penelitian-an-makalah.html>.
- Sari, A. Y. M. (2022). *Konsep Pendidikan Anak Shaleh Perspektif Abdullah Nashih Ulwan Dan Relevansinya Pada Pendidikan Anak [Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu]*. Diakses pada 26 September 2023 dari [http://repository.iainbengkulu.ac.id/10109/1/Arna Yanti Maya Sari Pdf.pdf](http://repository.iainbengkulu.ac.id/10109/1/Arna%20Yanti%20Maya%20Sari%20Pdf.pdf).
- Septiana, T. (2021). *Ini Arti Penting Komunikasi Dalam Rumah Tangga, Jangan Sampai Diabaikan*. Kontan.Co.Id. Diakses pada 04 Oktober 2023 dari <https://caritahu.kontan.co.id/news/ini-arti-penting-komunikasi-dalam-rumah-tangga-jangan-sampai-diabaikan?page=all>.
- Sugiyono. (2017). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Edisi Kedua. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sugiyono, P. L. (2021). *Metode Penelitian Komunikasi (Kuantitatif, Kualitatif dan Cara Mudah Menulis Artikel pada Jurnal Internasional)*. Edisi Kesatu. Bandung : Alfabeta, CV.
- Supratiknya, A. (2003). *Komunikasi AntarPribadi Tinjauan Psikologis* Edisi Kedelapan. Yogyakarta : Kanisius.
- Syobah, S. N., Nugraha, A. B., Juwita, R., & Abdullah, K. (2023). *Keefektifan Komunikasi Interpersonal dalam Menyelesaikan Konflik Suami Istri*. Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi, 7(1), 118–129. <https://doi.org/10.30596/ji.v7i1.13307>. Diakses pada 25 September 2023.



Wijayanto, A. Y., & Fauziah, N. (2020). *Kerja Di Genggamanku Keluarga Di Hatiku Interpretative Phenomenological Analysis Tentang Work-Family Balance Pada Ibu Bekerja*. Jurnal EMPATI, 7(1), 76–83. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20149>. Diakses pada 25 September 2023.

Willis, H. S. S. (2008). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Edisi Kesatu. Bandung : Alfabeta, CV.

Ziandika, B. (2023). *Pentingnya Komunikasi dalam Rumah Tangga*. Kompasiana Blog. Diakses pada 28 November 2023 dari <https://www.kompasiana.com/bimaziandika2048/646310644addee24623aea32/pentingnya-komunikasi-dalam-rumah-tangga>.