
***Silent treatment* dan Kesejahteraan Pernikahan: Penilaian Psikologis dalam Kerangka Prinsip Maqashid Syari'ah**

Maida Hafidz, Muhammad Faisal Hamdani, Muhammad Syahnan

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan; Indonesia

Correspondence e-mail*: 4001253010@student.uinsu.ac.id, fai.ham74@uinsu.ac.id,

mhdsyahnann@uinsu.ac.id

Submitted: 2026/01/02

Revised: 2025/10/13;

Accepted: 2025/11/19;

Published: 2025/12/20

Abstract

Silent treatment has emerged as a prevalent form of emotional abuse in marital relationships, yet its recognition within Islamic jurisprudence remains understudied. This study analyzes the phenomenon of silent treatment through the lens of Maqāṣid an-Nafs (preservation of the soul/self), Maqāṣid Al-Aql (preservation of the logical person) and both of these are one of the five fundamental objectives of Islamic law (Maqāṣid al-Sharī'ah). Using qualitative methodology and library research, this study examines how silent treatment violates the principle of psychological well-being protection in marriage. In this case, the researcher found several cases where silent treatment caused psychological damage, emotional suffering, disrupted marital harmony and if continued could cause mental impairment. The findings reveal that silent treatment contradicts the maqāṣid principle of preserving mental health (ḥifzu al-nafs) by causing psychological harm, emotional distress, and disrupting marital harmony and if continuing this action will destroy the positive thinking (al-aql). Thus the researcher concludes that the silent treatment that causes this, is contrary to syari'ah law based on Maqāṣid syari'ah method (specially protecting the mind/health), so that family mediation (tahkim) is necessary. This study contributes to the discourse on Islamic family law by providing a maqashid based framework for understanding emotional abuse and offering practical implications for Islamic counselling and family dispute resolution.

Keywords

Silent Treatment, Emotional Abuse, Household Welfare, Islamic Family Law



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY SA) license, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.

PENDAHULUAN

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) tidak hanya berbentuk fisik, tetapi juga mencakup kekerasan psikologis dan emosional yang dampaknya sama merusak kesejahteraan individu dan anggota keluarga ¹. Salah satu bentuk kekerasan emosional yang semakin mendapat perhatian dalam literatur psikologi kontemporer adalah silent treatment atau pemberian "perlakuan diam" yang disengaja terhadap pasangan. Silent treatment didefinisikan sebagai tindakan mengabaikan, menolak berkomunikasi, atau menarik diri secara emosional dari pasangan sebagai bentuk manipulasi atau hukuman psikologis. Fenomena ini sering tidak disadari sebagai bentuk

¹ Hafizhatul Husna Husnaa et al., "Peran Advokasi Hukum Keluarga Islam Dalam Membangun Keharmonisan Keluarga," *Cendekia : Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah* 2, no. 7 (2025): 1115–25.

kekerasan karena tidak meninggalkan bekas fisik, namun dampak psikologisnya dapat sangat destruktif bagi kesehatan mental korban dan dalam kasus berat berdampak pada kewarasan dan tingkat stress seseorang yang dapat mengacaukan pikirannya.

Dalam konteks Islam, perlindungan terhadap jiwa, kesehatan mental dan kewarasan akal merupakan salah satu dari lima tujuan pokok syariat Islam (Maqāṣid al-Sharī'ah), yaitu Maqāṣid an-Nafs (ḥifzu al-nafs) ²dan Maqāṣid Al-Aql (ḥifzu al-aql) Prinsip ini menekankan pentingnya menjaga kesejahteraan psikologis, emosional manusia dan kewaasan berpikir atau kesehatan akal sebagai bagian integral dari implementasi hukum Islam ³.

Meskipun banyak kajian telah membahas kekerasan fisik dalam perspektif fiqh, namun analisis mendalam tentang kekerasan emosional, khususnya silent treatment, melalui kerangka Maqāṣid al-Sharī'ah masih terbatas. Penelitian ini berupaya mengisi celah tersebut dengan menganalisis bagaimana silent treatment bertentangan dengan prinsip ḥifzu an-nafs, ḥifzu al-aql dan implikasinya terhadap hukum keluarga Islam kontemporer.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan kepustakaan (library research) ⁴. Data dikumpulkan dari sumber primer berupa kitab-kitab klasik tentang Maqāṣid al-Syarī'ah, dan Putusan hakim terkuat kasus silent treatment, Al-Quran, Sunnah, serta sumber sekunder berupa jurnal ilmiah, buku, dan artikel akademik tentang silent treatment dan kekerasan emosional yang dipublikasikan dalam lima tahun terakhir (2020-2025) ⁵.

Analisis data menggunakan teknik content analysis dengan pendekatan maqāṣidī, yaitu menganalisis fenomena silent treatment berdasarkan kerangka teori Maqāṣid al-Syarī'ah, khususnya Maqāṣid An-Nafs dan Maqāṣid Al-Aql ⁶. Proses analisis meliputi: (1) Identifikasi karakteristik silent treatment, (2) Pemetaan dampak psikologis dan kesehatan jiwa, akal terhadap korban, (3) Analisis kesesuaian dengan prinsip ḥifzu al-nafs, ḥifzu al-aql dan (4) Perumusan implikasi terhadap hukum keluarga Islam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

² Paryadi, "Maqashid Syariah : Definisi Dan Pendapat Para Ulama," *Cross-Border* 4, no. 2 (2021): 201–16.

³ Intan et al., "Maqashid Al- Syari ' Ah Tujuan Dan Prinsip Dalam Hukum Islam," *Jurnal Cendikia ISNU-SU (JCISNU)* 1, no. 3 (2024): 232–37.

⁴ Prokopis A. Christou, "How to Use Thematic Analysis in Qualitative Research," *Journal of Qualitative Research in Tourism* 3, no. 2 (2023): 79–95, <https://doi.org/10.4337/jqrt.2023.0006>.

⁵ Agus Rustamana et al., "Qualitative Research Methods," *Indonesian Journal of Interdisciplinary Research in Science and Technology (MARCOPOLLO)* 2, no. 6 (2024): 919–30, <https://doi.org/https://doi.org/10.55927/marcopolo.v2i6.9907>.

⁶ Allie Slemon, "Absences and Silences in Critical Discourse Analysis: Methodological Reflections," *International Journal of Qualitative Methods* 24 (2025): 1–10, <https://doi.org/10.1177/16094069251321250>.

Maqāṣid al-Sharī'ah (Maqāṣid an-Nafs dan Al-Aql)

Maqāṣid al-Sharī'ah merupakan tujuan-tujuan universal yang hendak dicapai oleh syariat Islam dalam mengatur kehidupan manusia ⁷. Konsep ini pertama kali dikembangkan secara sistematis oleh Imam al-Ghazali dan disempurnakan oleh Imam al-Shatibi, yang mengklasifikasikan maqāṣid ke dalam tiga tingkatan: *darūriyyāt* (primer), *hājiyyāt* (sekunder), dan *taḥsīniyyāt* (tersier) ⁸. Lima tujuan pokok (*al-darūriyyāt al-khams*) dalam Maqāṣid al-Sharī'ah mencakup: *ḥifzu ad-dīn* (menjaga agama), *ḥifzu an-nafs* (menjaga jiwa), *ḥifzu al-'aql* (menjaga akal), *ḥifzu an-nasl* (menjaga keturunan), dan *ḥifzu al-māl* (menjaga harta).

Maqāṣid an-Nafs (*ḥifzu an-nafs*) dalam konteks kontemporer tidak hanya dipahami sebagai perlindungan terhadap kehidupan fisik, tetapi juga mencakup perlindungan terhadap kesehatan mental, martabat psikologis, dan kesejahteraan emosional individu. Pendekatan ini sejalan dengan paradigma holistik Islam yang memandang manusia sebagai kesatuan jiwa dan raga. Dalam konteks pernikahan, *ḥifzu an-nafs* menuntut terciptanya lingkungan rumah tangga yang sakinah, mawaddah, dan rahmah, di mana kedua pasangan merasa aman secara fisik maupun emosional. Al-Quran secara eksplisit menyebutkan bahwa tujuan pernikahan adalah untuk menciptakan ketenangan jiwa (QS. Ar-Rum: 21), yang menunjukkan pentingnya dimensi psikologis dalam hubungan suami-istri.

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً ۚ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya: "Di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah bahwa Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari (jenis) dirimu sendiri agar kamu merasa tenteram kepadanya. Dia menjadikan di antaramu rasa cinta dan kasih sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir".

Selain maqāṣid an-Nafs, penjagaan terhadap akal juga menjadi salah satu aspek yang diperhatikan dalam konteks pernikahan yang diharapkan dalam nas ini. Ketentraman dan kesejahteraan menjadi salah satu aspek disyariatkan pernikahan. Hal ini dapat tercapai jika penjagaan akal sejalan dengan penjagaan terhadap jiwa yang keduanya akan menghasilkan harmonisasi hubungan yang membawa pada kedamaian jiwa dan akal.

Sebagaimana firman Allah yang berbunyi:

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي

⁷ Safira Azzah Riscilia, Sofiatun Nikma, and Salsa Nysya' Uljannah, "Maqāṣid Shari'Ah Dan Implikasinya Terhadap Tafsir Maqāṣidī," *MAQASHID Jurnal Hukum Islam* 6, no. 2 (2023): 45–66, <https://doi.org/10.35897/maqashid.v6i2.1173>.

⁸ Mawloud Mohadi and Yasser M.A Tarshany, "Maqasid Al-Shari'ah and the Ethics of Artificial Intelligence: Contemporary Challenges," *Journal of Contemporary Maqasid Studies* 2, no. 2 (2023): 79–102, <https://doi.org/10.52100/jcms.v2i2.107>.

Artinya: “Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi serta pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang yang berakal, (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk, atau dalam keadaan berbaring, dan memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata), “Ya Tuhan kami, tidaklah Engkau menciptakan semua ini sia-sia. Maha Suci Engkau. Lindungilah kami dari azab neraka”.

Ayat di atas menunjukkan bahwa manusia diperintahkan untuk menggunakan akalnyanya agar dapat melihat, merenungkan dan mengambil pelajaran dari begitu banyak tanda-tanda kebesaran Allah bukan hanya sekedar melihat tanpa adanya perenungan dengan akal. Proses berpikir terhadap ciptaan ini menunjukkan akal digunakan untuk memahami hikmah di balik setiap penciptaan, sehingga demikian akan membawa pada keyakinan yang benar dan kuat. Ibnu Katsir dalam kitabnya menambahkan orang yang memikirkan alasan di balik semua, atau hikmah di balik penciptaan melalui refleksi akal yang mendalam hanya akan dapat dicapai oleh manusia yang akalnyanya sehat dan dipelihara dengan baik bukan orang yang acuh akan tanda-tanda ciptaan Allah. Secara tekstual dan kontekstual nas melarang sesuatu yang dapat mengholangkan maupun merusak akal karena akal merupakan salah satu bagian terpenting dalam penjagaan oleh nas. Dengan akal menjadi modal dalam menunaikan ibadah, hukum dan tanggung jawab yang dengan adanya akal menjadi pembeda antara manusia dengan makhluk lainnya.

Ayat-ayat di atas menjelaskan bahwa di dalam syariat islam penjagaan terhadap jiwa dan akal menjadi satu aspek urgen yang perlu dijaga dengan baik. Karena kedua poin ini menjadi salah satu landasan di dalam nas yang disimpulkan secara keseluruhan sebagai tujuan utama syariat Islam. Sehingga dalam konteks pernikahan maqāsid syariah juga perlu diperhatikan sebagai landasan tujuan disyariatkan pernikahan itu sendiri.

Silent treatment sebagai Kekerasan Emosional

Silent treatment merupakan bentuk agresi pasif yang melibatkan penghindaran komunikasi verbal, kontak mata, atau interaksi emosional dengan tujuan menghukum atau memanipulasi pasangan ⁹. Williams mendefinisikan fenomena ini sebagai bentuk ostracism atau pengucilan sosial yang memiliki dampak psikologis signifikan terhadap korban.

Pada hakikatnya secara teori yang dimaksud dengan sikap silent treatment memiliki makna yang berbeda dengan praktik yang ada di tengah kehidupan masyarakat. Secara teori yang dimaksud dengan silent treatment didefinisikan oleh Anna Drescher, BSc yang kemudian

⁹ Ermitha Lestari, Sri Hayati, and Arie Gunawan Hazairin Zubair, “Silent Treatment Pada Dewasa Awal Yang Berpacaran,” *Jurnal Psikologi Karakter* 5, no. 1 (2025): 66–71, <https://doi.org/10.56326/jpk.v5i1.5827>.

tulisannya di review oleh Maïke Neuhaus Ph.D. yang mengatakan bahwa arti dari tindakan ini ialah mengambil jeda sejenak untuk menenangkan gejolak amarah dalam dada. "The silent treatment is just taking space to cool off". Fakta yang terjadi ialah makna tindakan ini berubah menjadi tindakan yang digunakan ketika ingin memberikan hukuman, memanipulasi perasaan pasangan atau mengontrol yang kemudian sikap ini menjadi salah satu bentuk kekerasan non fisik terhadap pasangan ¹⁰.

Penelitian neurosains menunjukkan bahwa silent treatment mengaktivasi area otak yang sama dengan rasa sakit fisik, khususnya anterior cingulate cortex (ACC), yang menjelaskan mengapa penolakan sosial terasa "menyakitkan" secara harfiah. Dampak jangka panjang dari silent treatment meliputi penurunan harga diri, kecemasan, depresi, dan bahkan dapat memicu gangguan stres pasca-trauma (PTSD). Dalam literatur psikologi keluarga, silent treatment dikategorikan sebagai bentuk kekerasan emosional karena memenuhi kriteria: (1) dilakukan secara sengaja, (2) bertujuan untuk menyakiti atau mengontrol, (3) menimbulkan dampak psikologis negatif, dan (4) menciptakan dinamika kekuasaan yang tidak sehat. Kipling Williams dalam penelitiannya tentang ostracism menemukan bahwa pengabaian sosial dapat mengancam empat kebutuhan fundamental manusia: belonging (rasa memiliki), self-esteem (harga diri), control (kontrol), dan meaningful existence (eksistensi bermakna).

Praktik silent treatment secara historis diterangkan di dalam nas yang menjelaskan bahwa sikap yang demikian diatur dalam Al-Qur'an yang berbunyi:

وَالَّذِي تَخَافُونَ نُشَوِّرُهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُمْ ۖ فَإِنْ أَطَعْتُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِمْ سَبِيلًا ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا
كَبِيرًا

Artinya: "Perempuan-perempuan yang kamu khawatirkan akan nusyuz,¹⁵⁵ berilah mereka nasihat, tinggalkanlah mereka di tempat tidur (pisah ranjang), dan (kalau perlu,) pukullah mereka (dengan cara yang tidak menyakitkan). Akan tetapi, jika mereka menaatimu, janganlah kamu mencari-cari jalan untuk menyusahkan mereka. Sesungguhnya Allah Maha Tinggi lagi Maha Besar. (QS. An-Nisa': 34)

Ayat di atas turun sebagai sebuah jawaban nyata dalam kehidupan masyarakat saat itu yang terjadi antara Sa'ad bin rabi' dan istrinya, Habibah binti Zayd, yang dalam pertengkaran keduanya mengakibatkan Habibah dipukul oleh Sa'ad. Kemudian Habibah mengadukan tindakan Sa'ad kepada Nabi Muhammad untuk menuntut balasan setimpal, akan tetapi kemudian Allah menurunkan wahyu sebagai jawaban atas permasalahan tersebut, yaitu dengan tahapan langkah

¹⁰ Salsabila Nur Hasna, "SILENT TREATMENT SEBAGAI BENTUK EKSPRESI EMOSI MARAH," *Character : Jurnal Penelitian Psikologi* 12, no. 01 (2025): 123–29.

yang perlu dilakukan jika mengkhawatirkan perilaku nusyuz akan terjadi. Langkah yang diajarkan nas ialah:

- 1) Nasihat (wa'iz); yang merupakan langkah komunikatif dalam melakukan dialog dengan tujuan klarifikasi atas problematika yang terjadi di dalam sebuah keluarga.
- 2) Hijr (menghindari hubungan intim/pisah ranjang sementara); secara praktis langkah kedua ini dipahami sebagai bentuk temporary withdrawal/pause dari interaksi intim, dengan tujuan membarikan ruang refleksi kepada masing-masing pasangan dan memperoleh ketenangan berpikir dalam menghadapi konflik yang terjadi.
- 3) Daraba; sebagai langkah terakhir dalam konteks ayat ini untuk menghindari kekhawatiran sikap nusyuz. Langkah ini dipahami secara sangat terbatas dan ditegaskan tidak boleh ada unsur kekerasan fisik serius. Daraba dalam konteks ini dibenarkan dalam Batasan yang sangat sempit yang tidak mengakibatkan pada luka fisik karena fungsinya ialah bukan untuk membawa rasa sakit (non-violent, symbolic or advisory action).

Dalam makna regulatif nas di atas menegaskan bahwa tindakan silent treatment (menjauh sementara untuk menenangkan emosi dan refleksi) memiliki kesamaan konsep dengan langkah kedua, yaitu kategori hijr yang dalam perspektif makna nas sikap silent treatment dalam ayat ini berupa tindakan untuk memberi ruang sementara dengan melakukan penghindaran atas hubungan intim atau memutus sementara kesempatan ruang bersama dalam batasan waktu yang sesuai ketentuan nas. Langkah-langkah yang diuraikan dalam nas surah An-Nisa' ayat 34 dalam pandangan Wahbah Az-Zuhaili sebagai langkah tahapan dalam menyelesaikan konflik yang terbaik bagi pasangan yang dikhawatirkan nusyuz dan bukan dalam konteks yang dapat membawa pada kerusakan di masa yang akan datang.

Kesimpulan yang dapat dipahami dari asbabun nuzul ayat ini sebagai menjadi landasan regulatif sikap menjauh dari pasangan ialah dalam ketentuan hijr fī al-madāji dalam QS An-Nisa; 34 telah memberikan petunjuk pengaturan mekanisme pengendalian konflik rumah tangga melalui tahapan komunikatif dan psikologis sebelum tindakan koersif, sehingga praktik diam atau menjauh hanya dibenarkan sebagai langkah sementara dan bersikap proposional, bukan sebagai sarana kekerasan psikologis berkelanjutan yang menghadirkan rasa kecemasan emosional dan tekanan kepada pasangan. Karena sejatinya konsep hijr bersifat terbatas, mengandung unsur edukatif dan bertujuan islah bukan sebagai hukuman emosional dan sikap silent treatment yang berkelanjutan dapat dikategorikan sebagai mafsadah yang dapat merusak penjagaan terhadap jiwa dan pada kasus berlanjut dapat menghilangkan kewarasan akal seseorang, yang demikian

dalam Islam sangat dilarang karena bertentangan dengan tujuan dasar syariat Islam yang tertuang dalam lima tujuan pokok dasar hukum Islam. Silent treatment yang berkembang dan dilakukan oleh masyarakat luas saat ini berada di luar konteks makna hijr dalam nas ¹¹. Hal ini dipandang demikian karena sikap diamnya pelaku silent treatment sering kali berfungsi sebagai alat kontrol emosional dan hukuman psikologis.

Jika menelisik secara historis landasan regulative sikap pelaku silent treatment tidak dapat dilandaskan pada QS An-Nisa'; 34. Hijr qur'ani bukan legitimasi terhadap perilaku silent treatment, melainkan konsep ini merupakan batasan etis terakhir yang justru dapat menutup peluang untuk terjadinya kekerasan psikologis dalam membangun relasi pasangan suami-istri yang berlandaskan pada pola komunikasi yang saling menjaga perkataan baik.

Komunikasi dalam Perspektif Islam

Islam sangat menekankan pentingnya komunikasi yang baik dalam hubungan suami-istri. Al-Quran menggunakan term qawlan ma'rūfan (perkataan yang baik) sebagai prinsip komunikasi dalam keluarga (QS. Al-Baqarah: 235). Rasulullah SAW juga memberikan teladan komunikasi yang penuh kasih sayang dengan para istri beliau. Dalam hadis riwayat Abu Hurairah, Nabi Muhammad SAW bersabda: "Mukmin yang paling sempurna imannya adalah yang paling baik akhlaknya, dan sebaik-baik kalian adalah yang paling baik terhadap istri-istrinya" (HR. Tirmidzi). Hadis ini menunjukkan bahwa perlakuan baik terhadap pasangan, termasuk dalam komunikasi, merupakan indikator kesempurnaan iman.

Konsep Maqāṣid dalam Konteks Pernikahan

Maqāṣid an-Nafs (ḥifzu an-nafs) mencakup tiga dimensi perlindungan: (1) perlindungan eksistensi (ijād), (2) perlindungan keberlangsungan (baqā'), dan (3) perlindungan kesempurnaan (kamāl). Dalam konteks pernikahan, ketiga dimensi ini mengharuskan: Pertama, imensi ijād (eksistensi): Pengakuan terhadap eksistensi dan keberadaan pasangan sebagai individu yang bermartabat. Silent treatment mengancam dimensi ini dengan mengabaikan dan meniadakan kehadiran emosional pasangan.

Kedua, dimensi baqā' (keberlangsungan): Perlindungan terhadap keberlangsungan kesehatan mental dan emosional. Silent treatment mengancam dimensi ini dengan menciptakan kondisi stres berkepanjangan yang merusak kesehatan psikologis. Ketiga, dimensi kamāl (kesempurnaan): Pencapaian kesejahteraan psikologis optimal dan aktualisasi diri dalam

¹¹ Farida Prima Prastista, Laksani Ciptaning Tyas, and Rachmadini Ratna N, "Legal Analysis of Silent Treatment Behavior and the Concept of Al-Hajr in Marital Relationships," 4 | *Al-Qanun: J Rnal Kajian Sosial Dan Hukum Islam* 6, no. 2 (2025).

pernikahan. Silent treatment menghambat dimensi ini dengan menciptakan lingkungan yang tidak kondusif untuk pertumbuhan emosional.

Silent treatment dari Perspektif Makna Luas

1) Pertentangan dengan Prinsip Sakinah, Mawaddah, wa Rahmah

Al-Quran menyatakan bahwa tujuan pernikahan adalah untuk menciptakan ketenangan jiwa (sakinah), cinta (mawaddah), dan kasih sayang (rahmah) (QS. Ar-Rum: 21). Silent treatment secara diametral bertentangan dengan tujuan ini karena:

- a) Menghilangkan Sakinah: Menciptakan ketidakamanan psikologis dan ketegangan emosional yang berkelanjutan.
- b) Meniadakan Mawaddah: Menggantikan cinta dengan manipulasi dan hukuman emosional.
- c) Merusak Rahmah: Mengabaikan prinsip kasih sayang yang seharusnya menjadi fondasi relasi suami-istri.

Silent treatment dalam makna luas ini mengindikasikan terhadap kerusakan dari tujuan pernikahan yang secara Bahasa sikap mendiamkan inni akan mengancam terwujudnya kesejahteraan pernikahan. Kesejahteraan jika direduksi dalam QS Ar-Rum semakna dengan konsep Samawa. Ketiga konsep ini yang menjadi indikator terwujudnya kesejahteraan dalam rumah tangga dalam Islam dan hal ini tidak akan terwujud jika salah satu pihak mendiamkan pihak lain yang akan memberikan dampak kecemasan, kehilangan rasa aman dan menghadirkan kekhawatiran berlebihan. Oleh karenanya dalam Islam terdapat ketentuan yang dibolehkan dalam menghadapi konflik yang dikhawatirkan akan menimbulkan sikap nusyuz dan hal ini telah diatur dalam QS. An-Nisa ayat 34 yang telah diuraikan sebelumnya.

2) Pelanggaran terhadap Hak Psikologis dalam Islam

Setiap individu dalam Islam memiliki hak untuk diperlakukan dengan ma'rūf (baik) dan mendapat perlindungan dari segala bentuk kekerasan, termasuk kekerasan psikologis. Silent treatment melanggar hak-hak ini dengan:

- a) Hak Komunikasi: Islam mengajarkan pentingnya musyawarah dan komunikasi dalam keluarga (QS. Ash-Shura: 38).
- b) Hak Kehormatan: Mengabaikan pasangan secara sistematis merupakan bentuk penghinaan yang bertentangan dengan larangan merendahkan orang lain (QS. Al-Hujurat: 11).
- c) Hak Kesehatan Mental: Islam melindungi kesehatan mental sebagai bagian dari ḥifzu an-nafs.

3) Dampak Psikologis dan Kontradiksi dengan Maqāsid Syari'ah

Penelitian psikologi menunjukkan bahwa silent treatment menyebabkan:

- a) Stres Kronis: Ketidakpastian dan penolakan emosional yang berkelanjutan meningkatkan kadar kortisol dan memicu respons stres.
- b) Penurunan Self-Worth: Korban mengalami penurunan harga diri dan merasa tidak berharga.
- c) Gangguan Kesehatan Mental: Risiko depresi, kecemasan, dan gangguan emosional lainnya meningkat signifikan.

Dampak-dampak ini secara langsung bertentangan dengan maqāṣid an-nafs yang mengharuskan perlindungan terhadap kesehatan dan kesejahteraan psikologis individu. penjagaan terhadap jiwa ini jika dibiarkan akan meningkatkan dampak yang disebabkan setelah dan pada puncaknya dapat menghilangkan kewarasan akal karena jika tekanan psikologis tidak dilakukan tindakan preventif maka akan merusak lima penjagaan yang menjadi tujuan tertinggi dalam Islam. Oleh karenanya silent treatment dalam tinjauan maqāṣid tidak dibenarkan melakukan hal ini. Tidak hanya merusak dua maqāṣid melainkan juga dapat menghilangkan kelima-limanya secara bertahap. Sehingga demi penjagaan ini pencegahan sebelum terjadinya kemudharatan yang merugikan banyak aspek perlu dipertegas kembali.

Analisis Silent treatment dalam Perspektif Fiqh dan Maqāṣid

Dalam kerangka keluarga Islam, relasi suami-istri dan orang tua-anak tidak semata sebagai hubungan kontraktual ('aqd) tetapi sebagai relasi etis-emosional yang bertujuan menjaga keberlangsungan jiwa dan martabat manusia. Akan tetapi dalam membangun keluarga yang terlepas dari konflik merupakan satu hal yang mustahil. Oleh karenanya islam sebagaimana disebutkan dalam QS-An-Nisa' ayat 34 sebelumnya telah memberikan acuan dalam menghadapi konflik yang dikhawatirkan terjadinya praktik nusyuz. Langkah yang menjadi titik permasalahan saat ini ialah berkembangnya konsep silent treatment yang dianggap sama dengan diam atau mengambil jeda sejenak sesuai dengan konsep hijr dalam nas.

Sikap mendiamkan seseorang memiliki dua dimensi yang berbeda, yaitu diam etis dan diam merusak. diam atau mengambil jeda sejenak dari ruang kebersamaan membangun keluarga sebagaimana dalam konteks nas secara normatif diam ini memiliki batas. Silent treatment dalam islam memiliki kesamaan konsep dengan 'samt' diam atau yang di dalam nas disebut dengan konsep 'hijr'. Kedua konsep ini dalam etika islam dipandang sebagai bentuk pengendalian diri, refleksi batin, dan penjagaan lisan dari amarah. Akan tetapi silent treatment secara fundamental memiliki maksud dan dampak yang berbeda, sehingga keduanya tidak dapat disamakan. Diam etis bertujuan untuk menjaga dari keburukan yang dalam prinsip maqāṣid penjagaan dari keburukan atau pencegahan lebih diutamakan. Terdapat ketentuan prinsip dalam kaidah fiqh,

yaitu: dar'u al-mafāsīd muqaddamun 'alā jalb al-maṣāliḥ (menolak kerusakan didahulukan daripada meraih kemaslahatan).

Lain halnya dengan diam dalam konsep silent treatment yang dibuktikan secara psikologis bahwa tindakan diam dalam konteks ini sering bertujuan menghukum, mengontrol atau melukai secara emosional. Oleh karena itu silent treatment tidak dapat dikategorikan sebagai perilaku netral, melainkan tindakan diam yang bermasalah secara etis dan maqāṣidi. Silent treatment dalam makna ini jelas menimbulkan mafsadah (kerusakan) dalam rumah tangga, sehingga harus dicegah dan dihindari. Imam al-Ghazali menyatakan bahwa setiap tindakan yang merusak salah satu dari lima tujuan pokok syariat adalah tindakan yang bertentangan dengan maqāṣid dan harus ditolak. Dalam maqāṣid syariah darar tidak hanya dipahami sebagai bentuk kerusakan yang berakibat pada fisik semata, namun juga mencakup kerusakan psikologis emosional dan relasional.

Dampak perilaku yang melakukan silent treatment dalam tinjauan maqāṣid akan dilihat dari tingkat bahaya yang dihasilkan, yaitu:

- 1) Darar Tahsini; kerusakan yang diakibatkan masih dalam golongan tahsiniyat. Dampak yang dihasilkan pada tingkatan ini masih dapat ditafsirkan sebagai coping maladaptive ringan. Namun secara normatif merusak adab mu'asyarah bil ma'ruf kepada pasangan karena menghilangkan transparansi emosional dan rasa empati. Padahal sejatinya disebutkan bahwa dalam membangun rumah tangga komunikasi dua arah yang saling berperilaku baik terhadap pasangan menjadi kunci mencegah keretakan hubungan rumah tangga.
- 2) Darar Ḥājī atau Ḥājīyyah; kerusakan pada tingkat ini akan mengganggu kebutuhan emosional dasar yang akan berdampak pada penjaan terhadap jiwa dan akal, karena hilangnya fungsi emosi-kognitif. Pada tingkatan ini sikap diam yang dilakukan seseorang atas dasar dalih menghindari pertengkaran semakin meningkat dan berkelanjutan semakin didiamkan tanpa diselesaikan, sehingga permasalahan menjadi konflik yang masuk ke dalam jiwa korban.
- 3) Darar Darūriyyah; pada tingkat ini kerusakan sudah memasuki tingkat kerusakan psikis sistemik yang sampai merusak maqāṣid primer, sehingga berdampak langsung pada penderitaan jiwa kronis (hifzu an-nafs) dan gangguan stabilitas mental (hifzu al-aql) dan kemudian dapat berakibat pada anak yang hidup di tengah keluarga yang bersikap merusak jiwa satu sama lain, menghadirkan tekanan yang berkelanjutan. Pada tingkat ini akan membawa pada pengaruh psikologis berat, yaitu depresi, learned helplessness, dissociation emosional dan trauma relasional. Pada tahap ini, jika dianalisis dampak silent

treatment setara secara substansial dengan kekerasan non-fisik, karena dapat merusak jiwa, menghilangkan rasa aman dan menghancurkan tujuan pernikahan yang diharapkan dapat memperoleh ketenangan di dalamnya.

Pencegahan yang diupayakan dalam konteks penjagaan terhadap maqāṣid yang secara substansial tidak hanya mempertimbangkan bentuk tindakannya melainkan menilai akibat yang ditimbulkan oleh perbuatan itu sendiri, maka perlakuan mendiamkan dalam bentuk silent treatment merupakan hal yang harus dicegah karena dampak perbuatan itu dianalisis akan mengancam tujuan utama disyariatkan hukum Islam.

Dalam perspektif maqāṣid al-syarī'ah, silent treatment secara bertahap akan meningkat dampak bahaya yang dihasilkan dari perbuatan tersebut. Dimulai dari gangguan etika relasional hingga pada tahap kekerasan psikis dan kerusakan generasi. Oleh karena itu, sikap mendiamkan seseorang dalam konteks silent treatment yang kronis dan manipulatif tidak sesuai dengan tujuan syariat Islam sehingga tidak dapat ditoleransi bahkan dapat menjadi dasar legitimasi intervensi hukum dan konseling keluarga.

Analisis Silent treatment dalam Perspektif Psikologi Klinis

Terdapat beberapa hasil laporan psikologi klinis yang diambil dari dampak silent treatment oleh beberapa ahli yang menyimpulkan:

- 1) Esther Liu & Michael e. Roloff menyebutkan menahan keluhan relasional (withholding complaints) berkaitan dengan proses regulasi emosi. Menahan keluhan akan membawa dampak pada emosi dan perilaku individu karena adanya keterlibatan proses kognitif yang melelahkan dan keterkaitan ekspresi pasif-agresif yang emosional. Penelitian ini menegaskan sikap silent treatment diintegrasikan sebagai bagian dari passive aggressive behaviors yang berhubungan pada kelelahan emosional berkelanjutan. Penelitian ini menegaskan silent treatment bukan hanya sebagai fenomena komunikasi tapi perilaku yang secara empiris dihubungkan dengan kelelahan emosional dan membawa dampak psikologis yang nyata dan klinis. Pada konsep ini silent treatment berubah dari respon konflik menjadi pola relasional patologis. Diam tidak lagi menjadi reaksi, melainkan struktur komunikasi yang merusak.
- 2) Williams, K.D. memberikan definisi silent treatment dengan makna ostracism yang secara praktik keduanya sejalan sebagai tindakan mengabaikan, mengeluarkan dan dibuat seolah tidak ada. Landasan ia menyebutkan bahwa sikap silent treatment sebagai bentuk dari ostracism karena dampak yang dihasilkan ialah sama sehingga ia menyebutkan bahwa silent treatment merupakan salah satu bentuk dari ostracism itu sendiri dalam relasi interpersonal

yang termasuk relasi dalam hubungan keluarga. Williams mengemukakan ostracism secara langsung mengancam empat kebutuhan psikologis fundamental, yaitu:

- a) Belonging (rasa memiliki)
- b) Self-esteem (harga diri)
- c) Control (rasa keadilan)
- d) Meaningful existence (kebermaknaan diri)

Silent treatment dalam konteks makna ostracism berdasarkan hasil penelitian Williams dipandang sebagai bentuk kekerasan psikis. Hal ini dilandaskan pada bentuk silent treatment yang menyerang empat kebutuhan ini secara sekaligus bahkan dalam durasi singkat. Dalam penelitiannya Williams menekankan bahwa ostracism berdampak memberikan rasa sakit bahkan ketika tindakan itu dilakukan oleh orang asing, apalagi jika yang melakukan itu ialah orang terdekat.

- 3) Hasil analisis keputusan hakim yang telah diputus melalui putusan Nomor 1650/Pdt.G/2018/PA.Tgrs. Hakim yang menangani kasus ini mengabulkan gugatan cerai penggugat yang menggugat tergugat dengan landasan dasar bahwa kedua pihak telah melakukan pisah ranjang lama. Hakim menimbang dasar hukum dalam pasal 1 UU No. 1 tahun 1974, yang secara ringkas dapat disimpulkan bahwa pernikahan menghadirkan unsur yang harus dipenuhi tidak hanya undur lahir/jasmani namun juga perlu dipertimbangkan unsur bathin/Rohani. Sehingga dalam kasus ini hakim melihat dengan tindakan pisah ranjang bahkan pisah rumah yang sudah berlangsung lama maka hal tersebut menjadi indikasi rusaknya hubungan rumah tangga. Hakim juga mempertimbangkan rujukan yang diambil dalam yurisprudensi Mahkamah Agung Nomor 534 tahun 1996 yang memperhatikan indikator pernikahan itu masih dapat dipertahankan atau tidak, karena dalam Yurisprudensi ini memastikan hati salah satu masih dapat diperbaiki atau sudah tidak ada harapan untuk dapat dipersatukan kembali. Merujuk kepada landasan menghadapi konflik yang dalam kasus ini implisit memiliki makna 'hijr'. Namun jika dianalisis lebih dalam konsep hijr dalam kasus ini berbeda karena konteks yang merujuk mengarah kepada tindakan silent treatment yang merusak ketenangan pasangan yang berkelanjutan sehingga membentuk kebencian dan menghadirkan rusaknya konsep mu'asyarah bil ma'ruf diantara penggugat dan tergugat dalam kasus ini. Oleh karenanya hakim mempertimbangkan kemudharatan jika kasus ini tidak diputus berlandaskan pada fakta hukum yang sebelumnya upaya terakhir telah dilakukan yaitu mediasi, namun usaha itupun gagal untuk menyatukan kembali dua hati yang telah

retak.

Berdasarkan kasus ini hakim menilai, bahwa permasalahan yang terjadi semakin memuncak karena salah satu pihak atau keduanya memilih melakukan sikap mendiamkan pasangan melebihi dari batasan yang dianjurkan dalam nas. Sehingga pada konteks mendiamkan pasangan dalam kasus ini juga sejalan dan implikasi yang hadir juga menunjukkan indikasi adanya kekerasan psikologis yang dalam tingkat maqāṣid masih masuk pada kategori darar tahsini. Akan tetapi jika hal ini tetap dipertahankan maka akan merusak lima pokok tujuan dasar dalam menjaga keseimbangan hidup manusia. Sehingga putusan yang diberikan hakim atas tindakan silent treatment dipandang sebagai upaya pencegahan terhadap kerusakan yang jika dibiarkan akan mempengaruhi anak pada kasus ini.

Penelitian dan kasus yang menilai bahwa silent treatment yang terjadi saat ini merupakan tindakan yang di luar dari aturan nas QS. An-Nisa'34. Dampak yang dihasilkan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dinyatakan bahwa tindakan silent treatment membawa ancaman menghilangkan penjagaan terhadap bentuk dan tujuan pernikahan yaitu: kesejahteraan, ketentraman, kedamaian jiwa seseorang, yang jika diteruskan akan menghadirkan rasa kecemasan berlebihan stress akut sehingga dapat menghilangkan fungsi akal secara tanpa sadar.

Bersumber dari beberapa fakta yang diuraikan, penulis sepakat terhadap ungkapan peneliti sebelumnya bahwa sikap mendiamkan pasangan bukanlah solusi yang akan membawa implikasi baik jika keluar dari batasan ketentuan nas. Namun jika melihat kasus di lapangan konteks 'hijr' berbeda dengan silent treatment maka demikian mendiamkan pasangan menjadi kategori sikap yang mengindikasikan kekerasan psikis yang akan berdampak pada kerusakan yang dalam konsep maqāṣid maka hal ini perlu dicegah dan diutamakan solusi preventif dalam menghadapi konflik rumah tangga.

Implikasi Terhadap Hukum Keluarga Islam Kontemporer

Berdasarkan analisis maqāṣidī di atas, beberapa implikasi dapat dirumuskan:

- 1) Pengakuan Legal: Silent treatment yang sistematis dan destruktif harus diakui sebagai bentuk kekerasan dalam rumah tangga dalam hukum keluarga Islam kontemporer.
- 2) Mekanisme Perlindungan: Perlu dikembangkan mekanisme perlindungan hukum bagi korban kekerasan emosional, termasuk mediasi, konseling, dan dalam kasus ekstrem, menjadi pertimbangan dalam talak atau khulu'.
- 3) Edukasi Pranikah: Program pendidikan pranikah perlu memasukkan materi tentang komunikasi sehat, kesehatan mental dalam pernikahan, dan larangan kekerasan emosional

- 4) Peran Konselor Keluarga Islam: Konselor dan mediator keluarga Islam perlu dibekali pemahaman tentang bentuk-bentuk kekerasan emosional dan pendekatan maqāsidī dalam penyelesaian konflik rumah tangga

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis yang dilakukan, penelitian ini menyimpulkan bahwa Maqāsid an-Nafs (ḥifzu an-nafs) dan penjagaan akal (ḥifzu al-'aql) dalam konteks pernikahan saling berkaitan erat sebagai fondasi terwujudnya kesejahteraan rumah tangga yang sejalan dengan tujuan pernikahan Islam, yakni sakinah, mawaddah, wa rahmah. Perlindungan jiwa mencakup kesehatan mental, martabat psikologis, dan kesejahteraan emosional kedua pasangan, sementara kegagalan menjaga aspek ini seperti dalam praktik silent treatment sebagai bentuk kekerasan psikis dapat menimbulkan kecemasan berlebih yang pada tahap lanjut mengancam kemampuan akal dalam membedakan baik dan buruk. Oleh karena itu, silent treatment secara fundamental bertentangan dengan prinsip ḥifzu an-nafs dan ḥifzu al-'aql karena merusak kesehatan mental, melanggar hak psikologis dalam Islam, serta menggagalkan tujuan pernikahan dalam menciptakan ketenangan jiwa, sehingga diperlukan langkah-langkah preventif untuk mencegah kerusakan terhadap dua tujuan pokok syariat tersebut. Dalam konteks ini, hukum keluarga Islam kontemporer perlu mengakomodasi perlindungan terhadap kekerasan emosional melalui pengembangan mekanisme legal, edukasi, dan konseling berbasis pendekatan maqāsidī. Penelitian ini merekomendasikan perlunya kajian lanjutan mengenai bentuk-bentuk kekerasan emosional lainnya dalam perspektif Maqāsid al-Sharī'ah, pengembangan panduan praktis komunikasi sehat dalam pernikahan oleh lembaga-lembaga Islam, serta pelatihan khusus bagi hakim agama, konselor, dan ulama dalam mengidentifikasi dan menangani kekerasan emosional dalam rumah tangga.

REFERENSI

- Azzah Riscilia, Safira, Sofiatun Nikma, and Salsa Nysya' Uljannah. "Maqāsid Shari' Ah Dan Implikasinya Terhadap Tafsir Maqāsidī." *MAQASHID Jurnal Hukum Islam* 6, no. 2 (2023): 45–66. <https://doi.org/10.35897/maqashid.v6i2.1173>.
- Christou, Prokopis A. "How to Use Thematic Analysis in Qualitative Research." *Journal of Qualitative Research in Tourism* 3, no. 2 (2023): 79–95. <https://doi.org/10.4337/jqrt.2023.0006>.
- Hasna, Salsabila Nur. "SILENT TREATMENT SEBAGAI BENTUK EKSPRESI EMOSI MARAH." *Character : Jurnal Penelitian Psikologi* 12, no. 01 (2025): 123–29.
- Husnaa, Hafizhatul Husna, Azkia Hanim, Bagues Hadianoc, Muhammad Rendy, and Syamsiahe. "Peran Advokasi Hukum Keluarga Islam Dalam Membangun Keharmonisan Keluarga." *Cendekia : Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah* 2, no. 7 (2025): 1115–25.
- Intan, Dini, Fauzi, Jalil, and Ismail. "Maqashid Al- Syari ' Ah Tujuan Dan Prinsip Dalam Hukum Islam." *Jurnal Cendikia ISNU-SU (JCISNU)* I, no. 3 (2024): 232–37.
- Lestari, Ermitha, Sri Hayati, and Arie Gunawan Hazairin Zubair. "Silent Treatment Pada Dewasa

- Awal Yang Berpacaran." *Jurnal Psikologi Karakter* 5, no. 1 (2025): 66–71.
<https://doi.org/10.56326/jpk.v5i1.5827>.
- Mohadi, Mawloud, and Yasser M.A Tarshany. "Maqasid Al-Shari'ah and the Ethics of Artificial Intelligence: Contemporary Challenges." *Journal of Contemporary Maqasid Studies* 2, no. 2 (2023): 79–102. <https://doi.org/10.52100/jcms.v2i2.107>.
- Paryadi. "Maqashid Syariah : Definisi Dan Pendapat Para Ulama." *Cross-Border* 4, no. 2 (2021): 201–16.
- Prastista, Farida Prima, Laksani Ciptaning Tyas, and Rachmadini Ratna N. "Legal Analysis of Silent Treatment Behavior and the Concept of Al-Hajr in Marital Relationships." 4 | *Al-Qanun: J Rnal Kajian Sosial Dan Hukum Islam* 6, no. 2 (2025).
- Rustamana, Agus, Putry Maharani Adillah, Ninda Kiyan Maharani, and Farell Abdiel Fayyedh. "Qualitative Research Methods." *Indonesian Journal of Interdisciplinary Research in Science and Technology (MARCOPOLLO)* 2, no. 6 (2024): 919–30.
<https://doi.org/https://doi.org/10.55927/marcopolo.v2i6.9907>.
- Slemon, Allie. "Absences and Silences in Critical Discourse Analysis: Methodological Reflections." *International Journal of Qualitative Methods* 24 (2025): 1–10.
<https://doi.org/10.1177/16094069251321250>.