

Pelanggaran Harapan Pada Kualitas Keharmonisan Suami Istri

Ika Triwahyuningsih, Primi Rohimi

IAIN Kudus, Jawa Tengah, Indonesia, IAIN Kudus, Jawa Tengah, Indonesia

Ikathree121@gmail.com, primirohimi@iainkudus.ac.id

Abstract

Teori pelanggaran harapan adalah salah satu faktor terjadinya pertikaian antara suami istri. Pelanggaran harapan ini menciptakan ganjaran komunikator yang negati. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana pelanggaran harapan terjadi pada suami istri dan apa saja faktor serta cara mengatasinya. Metode dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan teknik pengumpulan data wawancara dan observasi. Kesimpulan yang didapatkan adalah teori pelanggaran harapan berkaitan dengan bagaimana kualitas keharmonisan suami istri berkurang. Karena dengan pelanggaran harapan yang terjawab dengan negatif maka akan memunculkan pertengkaran. Namun yang harus selalu dilakukan dan diterapkan oleh suami istri adalah saling mengingatkan, lebih sabar, dan selalu menerapkan cara-cara menjadikan keluarga harmonis.

Keywords: pelanggaran harapan, keharmonisan, suami istri

Pendahuluan

Hubungan suami istri adalah saling menyayangi, mengasihi, melindungi, menjaga, dan membahagiakan satu sama lain. Mulai dari pasangan suami istri yang baru menikah hingga memiliki anak dan menjadi sebuah keluarga. Interaksi keluarga 24 jam bersama-sama. Dalam keluarga terjadi komunikasi, mulai dari berdiskusi, curhat, ngobrol-ngobrol biasa, bahkan hanya sekedar bertanya ataupun menyapa.

Pasangan suami istri adalah pihak pertama untuk saling bertukar cerita, pengalaman, dan saling mengingatkan. Dalam sebuah hubungan suami istri juga terdapat seorang pemimpin yaitu seorang suami, yang mana bertugas untuk membimbing, memberi teladan yang baik, melindungi, menjadi partner yang baik bagi istri dalam membangun sebuah keluarga, dan memastikan kebutuhan serta kenyamanan pasangan. Sedangkan suami istri juga harus memiliki tugas dan dilakukan bersama, terutama untuk saling menjaga, menghormati, saling mengingatkan dalam hal kebaikan, dan juga saling membantu apabila anggota pasangan yang lain kesusahan.

Hubungan suami istri yang harmonis adalah impian bagi seluruh manusia, dan untuk mewujudkan sebuah keluarga yang harmonis membutuhkan proses yang panjang, karena setiap pasangan memiliki perbedaan sifat dan pendapat, serta dari perbedaan itu pula terjadilah suatu kesalahfahaman yang memunculkan pertengkaran. Maka hal tersebut sangat dibutuhkan sebuah komunikasi yang baik antar anggota keluarga. Sebuah keluarga akan menjadi bahagia, harmonis, dan langgeng apabila bisa bersama-sama untuk saling mengerti,

tidak mengedepankan pendapat pribadi dan berdiskusi dengan baik, berkomunikasi dengan teratur, dan jangan sampai komunikasi dalam keluarga berkurang bahkan tidak ada komunikasi lagi antar anggota keluarga.

Komunikasi suatu hal yang sangat penting, sebab berkaitan dengan hampir seluruh aspek kehidupan manusia termasuk dalam hubungan keluarga. Hasil dari seluruh diskusi dan pengambilan keputusan dalam sebuah keluarga, yang berkaitan dengan, anak, karier keuangan, agama bahkan dalam setiap mengungkapkan hasrat, perasaan, dan kebutuhan semua itu akan tergantung kepada pola, gaya, dan keterampilan seseorang itu berkomunikasi. Keterampilan dalam berkomunikasi dapat terwujud dalam kecermatan memilih kata yang digunakan dalam menyampaikan gagasan pada pasangan (Arwan, 2018).

Angka perceraian dan pertengkaran dalam rumah tangga dapat berkurang dengan adanya komunikasi efektif yang dilakukan oleh pasangan suami istri. Komunikasi juga merupakan komunikasi antara satu orang dengan orang lain secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal. Artinya bahwa adanya pertukaran informasi dan interaksi yang intim antara pasangan suami istri.

Namun, interaksi ini tidak hanya dilakukan dengan menggunakan verbal saja. Tetapi perlu adanya simbol-simbol atau sinyal-sinyal lainnya yang diwujudkan dalam perlakuan bahasa tubuh atau nonverbal. Kata cinta saja tidaklah cukup dijadikan sebagai patokan untuk mengungkapkan perasaan. Namun perlu juga diiringi sebuah perhatian, sentuhan, serta simbol-simbol lain untuk mencurahkan kasih sayang karena hubungan akrab ditandai oleh kadar yang tinggi mengenai keramahtamahan dan kasih sayang, kepercayaan, pengungkapan diri, dirumuskan melalui lambang-lambang dan ritual.

Maksud dari komunikasi secara nonverbal adalah bagaimana komunikasi dilakukan dengan tanpa menggunakan kata. Dalam sebuah kehidupan sehari-hari, tanpa kita sadari bahwa kita menggunakan komunikasi secara nonverbal. Maka dengan begitu komunikasi nonverbal seperti selalu menyertai komunikasi verbal, kemudian komunikasi nonverbal ini lebih spontan dan jujur. Komunikasi nonverbal juga dapat diartikan bahwa komunikasi yang menggunakan gesture tubuh, mimik wajah, dan lambang-lambang (Kusumawati, 2016).

Komunikasi memiliki dua aspek yaitu verbal dan nonverbal, dimana dalam teori pelanggaran harapan lebih signifikan pada komunikasi secara nonverbal. Teori pelanggaran harapan nonverbal adalah komunikasi yang dilakukan melalui aspek nonverbal, dimana seseorang memiliki harapan terhadap perilaku nonverbal lawan bicara. Teori tersebut dapat dilihat secara positif ataupun negatif dengan umpan balik yang diterima, merasa suka atau tidak dengan pelanggaran harapan yang diterima (M.Syukri, 2016).

Dalam hubungan suami istri pastinya berkomunikasi pada kehidupan sehari-hari yang menggunakan bahasan secara verbal maupun nonverbal, terutama seorang istri yang lebih sering menggunakan komunikasi secara nonverbal, namun dengan begitu juga tidak menutup kemungkinan bahwa seorang suami juga melakukan komunikasi secara nonverbal. Dengan adanya komunikasi nonverbal lebih sering maka juga terdapat pelanggaran harapan yang lebih banyak pula dalam sebuah komunikasi hubungan suami istri. Pelanggaran harapan ini

masuk dalam komunikasi interpersonal yang biasanya dilakukan secara dua orang, seperti suami dan istri.

Maka jika terjadi pelanggaran harapan kita harus mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal harus dilakukan secara intensif atau terus menerus agar terjalin komunikasi yang baik dalam suatu keluarga, terutama kepada suami. Komunikasi ini dilakukan agar dapat mengetahui apa saja yang dilakukan suami atau istri. Hal ini mampu melatih suami istri lainnya agar terbuka satu sama lain, sehingga keharmonisan keluarga terjalin diantara keduanya seperti dapat mengaktualisasi diri dan meminimkan konflik. Sebaliknya ketika komunikasi tidak terjalin dengan baik maka akan menimbulkan perceraian, pertengkaran dan KDRT (Empati, Sulisty, & Indrawati, 2016).

Mengetahui bagaimana pelanggaran harapan terjadi dalam sebuah hubungan suami istri, apakah lebih banyak memunculkan sisi positif atau negatif, semua tergantung pada perseorangan, bagaimana menyikapi komunikasi secara nonverbal tersebut. Hubungan suami istri adalah dimana disetiap aspek kehidupan menggunakan komunikasi terutama nonverbal, dengan begitu antara suami dan istri memiliki ekspektasi ataupun harapan lebih terhadap keduanya, terlebih terhadap komunikasi nonverbal yang dilakukan. Harapan yang ditanamkan memunculkan sebuah umpan balik yang tidak sesuai akan menyebabkan adanya kesalahfahaman, bahkan akan memunculkan pertikaian jika harapan tersebut terjawab dengan negatif apabila umpan balik yang didapatkan tersebut tidak sesuai harapan namun memunculkan sisi positif maka akan terjadinya kebahagiaan, dan keharmonisan antar hubungan suami Istri. Maka kita harus mengetahui bagaimana pelanggaran harapan terjadi pada komunikasi hubungan suami istri. Kemudian mengetahui bagaimana cara mengatasi apabila semua pelanggaran harapan terjawab dengan sisi negatif.

Penelitian ini akan menjelaskan bagaimana pelanggaran harapan terjadi pada hubungan suami istri. Selain itu penelitian ini ingin mengetahui faktor apa saja dan cara mengatasi pelanggaran harapan pada hubungan suami istri.

Metode

Penelitian ini menempuh metode kualitatif. Penelitian kualitatif pada hakikatnya adalah mengamati orang dalam lingkungan hidupnya, berinteraksi dengan mereka (secara langsung ataupun tidak langsung), berusaha memahami bahasa dan tafsiran mereka tentang dunia sekitarnya (Sugiyono, 2005: 9). Metode pengumpulan datanya menggunakan dokumentasi, wawancara, dan observasi, lalu dianalisis secara deskriptif.

Pembahasan

Teori Pelanggaran Harapan (*Expectancy Violation Theory*)

Teori ini pertamakali dikemukakan oleh Jude Burgoon, salah seorang profesor komunikasi di University Of Arizona. Teori ini menjelaskan bahwadimana seseorang memiliki harapan pada perilaku nonverbal orang lain. Bisa dikatakan bahwa teori ini merupakan prediksi yang dimiliki orang lain terhadap orang lainnya lewat pesan nonverbal yang ia

tangkap dari orang lain. Teori ini dapat dipandang dengan dua persepsi yakni positif dan negative (M.Syukri, 2016).

Dalam Teori Pelanggaran Harapan, merupakan teori yang berkaitan dengan komunikasi nonverbal, yang mana seseorang memiliki harapan ataupun ekspektasi pada perilaku nonverbal oranglain. Harapan yang dimiliki seseorang kepada perilaku nonverbal orang lain adalah bermula dari norma sosial maupun pengalaman yang pernah kita alami sebelumnya tentang perilaku orang lain yang pernah kita ketahui. Dugaan ini dapat melibatkan hampir semua perilaku nonverbal, misalnya kontak mata, jarak, dan sudut tubuh (Zaenal Mukarom, 2020).

Menurut Burgon terdapat tiga aspek dalam teori pelanggaran harapan, pertama yaitu harapan, kemudian kedua adalah pelanggaran harapan, dan ketiga adalah valensi ganjaran komunikator, penjelasan sebagai berikut (Venus, 2003).

1. Harapan

Ekspektasi atau harapan adalah pola komunikasi dimana seseorang mengantisipasi hal-hal tertentu sesuai dengan pengalaman yang pernah di alami. Kemudian dengan arti lain bahwa harapan atau ekspektasi terhadap perilaku nonverbal orang lain dan bagaimana seseorang membalas dengan pantas terhadap diri kita. Apabila ketika kita berkomunikasi dengan seseorang dan harapan kita diterima sesuai atau kurang lebih sama dengan harapan kita, maka kita akan merasa nyaman dan senang secara fisik maupun psikologis. Permasalahannya adalah tidak semua orang sama dalam berperilaku dan sesuai dengan yang kita harapkan, bila itu terjadi maka akan menyebabkan gangguan pada psikologis diri kita, maupun secara positif atau negatif.

2. Pelanggaran Harapan

Ketika harapan nonverbal kita terhadap perilaku orang lain dilanggar, maka kemudian kita akan menafsirkan apakah pelanggaran harapan yang kita terima positif ataupun negatif. Dapat dikatakan positif apabila kita menyukai tindakan pelanggaran harapan tersebut, misalkan ketika kita suka dengan lawan jenis, dan orang yang kita sukai melakukan pelanggaran harapan, maka ia tidak akan terfokus pada kesalahan pelanggaran harapan justru kita akan lebih suka orang tersebut melakukan pelanggaran harapan yang lainnya, maka itu disebut pelanggaran harapan yang positif. Begitu pula sebaliknya, apabila orang yang melakukan pelanggaran harapan adalah orang yang tidak kita sukai, maka kita akan terfokus pada kesalahan yang ia lakukan.

3. Valensi Ganjaran Komunikator

Valensi Ganjaran Komunikator adalah dimana itu keseluruhan sifat positif maupun negatif yang dimiliki oleh komunikator serta kemampuan komunikator dalam memberikan ganjaran, keuntungan ataupun kerugian terhadap masa yang akan datang. Status, jabatan, keahlian tertentu, atau penampilan fisik yang menarik dari komunikator, maka itu disebut sebagai sumber ganjaran yang potensial. Kemudian apabila muncul kebodohan dan kejelekan, maka itu menjadi ganjaran yang tidak potensial.

Perilaku nonverbal yang berfungsi sebagai bentuk bahasa diam, dan penggunaan serta pengaturan ruang yang menjadi akar teori pelanggaran harapan yang dikenal dengan Proses verbal merupakan alat utama untuk pertukaran pikirandan gagasan, namun proses-proses ini sering dapat diganti oleh proses-proses nonverbal. Kebanyakan ahli setuju bahwa hal-hal berikut mesti dimasukkan: isyarat, ekspresi wajah, pandangan mata, postur dan gerakan tubuh, sentuhan, pakaian, diam, ruang, waktu, dan suara, dan itu adalah pengertian dari procemixs, yang mana menjelaskan tentang jarak dalam teori pelanggaran harapan (M.Syukri, 2016).

Menurut Hall ada empat proxemics yangdigunakan manusia dalam berelasi atau interaksi dengan orang lain, yaitu(M.Syukri, 2016):

1. Jarak Intim

Zona dalam jarak intim ini adalah 0 sampai 46 cm, prilakuka atau hal yang dilakukan dalam zona jarak tersebut adalah, bergandengan, bisikan ataupun mengamati bentuk wajah seseorang, dan hal-hal yang lain dengan jarak tersebut

2. Jarak Personal

Dalam zona tersebut memiliki jarak kisaran 46cm sampai dengan 1,2 meter. Jarak ini biasanya dilakukan seperti gandengan tangan atau menjaga jarak sekitarsejauh panjang lengan. Jarak pada zona ini biasanya digunakanpa pada keluargaatau teman, namun yang paling jauh sekitar 1,2 meter ini biasanya dilakukan oleh sorang penjual kepada pembeli.

3. Jarak Sosial

Jarak pada zona ini berkisar anatar 1,2 sampai 3,6 meter, yang mana biasanya dilakukan dengan banyak orang ataupun kelompok, contoh misalkan percakapan antar rekan kerja. Biasanya saat berada dalam jarak yang lebih jauh, seorang yang berbicara membutuhkan suara yang lebih keras.

4. Jarak Publik

Jarak pada zona ini adalah diatas 3,7 m. Jarak terdekat dalam zona ini biasaya digunakan dalam diskusi, dan jarak yang jauh biasanya dilakukan oleh figur.

Hubungan Harmonis Suami Istri

Keluarga yang merasa bahagia adalah keluarga yang harmonis, yang mana dapat dilihat dengan tidak adanya kekecewaan, ketegangan, dan merasa puas akan keberadaan dirinya dan seluruh keadaan yang ia alami. Eksistensi dan aktualisasi diri yang meliputi aspek mental, emosi, sosial dan fisik. Sebuah keluarga dapat dikatakan utuh jika merasa anggota lengkap. Jika dalam keluarga terjadi kesenjangan hubungan, perlu diimbangi dengan kualitas dan intensitas hubungan (Novianti, Sondakh, & Rembang, 2017).

Berhubungan secara seimbang dan serasi dapat menjadi keluarga harmonis. Antara satu sama lain memperoleh kepuasan atas apa yang dibutuhkan. Keluarga harmonis ditandai dengan adanya relasi yang sehat antar setiap anggota keluarga sehingga dapat menjadi sumber hiburan, inspirasi, dorongan yang menguatkan dan perlindungan bagi setiap anggotanya (Jamiah, 2010).

Terdapat enam aspek keluarga harmonis antara lain adalah (Sholihah, H., & Saidiyah, 2020):

1. Menciptakan hubungan beragama

Menciptakan suasana agama yang baik dalam keluarga menjadi salah satu aspek dalam menciptakan keharmonisan keluarga, karena dalam agama terdapat nilai-nilai moral dan juga etika dalam kehidupan.

2. Mempunyai waktu untuk keluarga maupun pasangan

Menciptakan keluarga harmonis juga harus memiliki waktu untuk keluarga maupun pasangannya. Meskipun hanya sekedar kumpul bersama, minum teh bersama ataupun hanya sekedar makan bersama.

1. Memiliki komunikasi yang baik

Komunikasi adalah hal yang mendasar dalam menciptakan keluarga yang harmonis. Dengan komunikasi yang baik dapat menyelesaikan suatu permasalahan, dan menciptakan solusi yang baik. Dengan komunikasi yang baik pula pasangan dapat menyampaikan suatu permasalahan dengan lebih terbuka. Kemudian dengan adanya komunikasi yang baik, dapat saling bercerita, bertukar pengalaman, ataupun menganalisis dan menyelesaikan suatu masalah bersama.

2. Saling Menghargai

Keluarga yang harmonis adalah dimana mereka saling menghargai, mulai dari menghargai dalam hal yang kecil maupun dalam perbedaan pendapat. Dengan adanya saling menghargai sesama maka akan menciptakan suatu hubungan yang saling mengerti satu sama lain, sehingga menjadi keluarga yang harmonis.

3. Kuantitas dan Kualitas konflik yang minim

Dalam sebuah hubungan suami istri sering terjadi pertikaian sehingga menjadikan suasana yang tidak nyaman. Keluarga yang harmonis selalu mengedepankan bagaimana masalah dapat diselesaikan secara baik-baik, dan tanpa mengedepankan ego masing-masing.

4. Adanya ikatan yang erat

Dalam sebuah hubungan tentunya membutuhkan suatu ikatan yang erat, sehingga mereka merasa adanya rasa saling memiliki satu sama lain. Hal tersebut dapat diwujudkan dengan adanya aspek-aspek sebelumnya yaitu: saling menghargai, komunikasi yang baik, dan yang lainnya, melakukan komunikasi secara efektif, mampu menyelesaikan konflik yang terjadi, sabar dalam membina hubungan di antara suami istri, merasa bangga dengan identitas keluarga, dan mampu memanfaatkan waktu secara efektif. Demikian juga dengan aspek komitmen yang lebih menekankan pada pentingnya kesetiaan dan tanggung jawab diantara pasangan suami istri.

Sesuai kajian teori yang sudah disampaikan bahwa teori pelanggaran harapan adalah dimana seseorang memiliki harapan ataupun ekspektasi pada perilaku nonverbal orang lain. Harapan yang dimiliki seseorang kepada perilaku nonverbal orang lain adalah bermula dari norma sosial maupun pengalaman yang pernah kita alami sebelumnya tentang perilaku orang lain yang pernah kita ketahui.

Dari pengertian di atas terdapat contoh kasus atau pelanggaran harapan yang terjadi pada hubungan suami Istri. **Pertama**, "Seorang Istri melihat wajah suaminya begitu murung, kemudian sang istri berekspektasi bahwa dengan wajah seperti itu sang suami marah terhadapnya. Kemudian ternyata harapan atau ekspektasi sang Istri dilanggar, karena wajah murung sang suami bukanlah karena ia marah terhadap sang istri, tetapi karena terjadi

masalah dikantor. Maka hal tersebut akan bersifat positif apabila sang istri merasa senang dengan pelanggaran tersebut, namun akan bersifat negatif apabila sang istri menganggapnya menyebalkan, atau tidak menyukainya”.

Kemudian terdapat contoh kasus terjadi pelanggaran harapan dalam sebuah hubungan suami istri yaitu, **Kedua**, “ketika sang suami bertanya mau makan apa hari ini? Sang suami berharap atau berekspektasi ingin menyenangkan hati istri dengan membelikan makanan yang enak, karena sang istri mengatakan lapar sebelumnya. Namun sang istri hanya menjawabnya dengan wajah sedikit resah, dan cemberut. Kemudian sang suami tetap merasa senang dengan pelanggaran harapan yang dilakukan sang istri sebab ia merasa sayang dan gemas melihat istrinya yang cemberut. Dengan begitu maka pelanggaran harapan bersifat positif.

Dari Kasus di atas dapat dianalisis dengan tiga aspek dalam sebuah teori pelanggaran harapan yaitu:

1. Harapan

Contoh pelanggaran harapan di atas terdapat dua kasus yang mana memiliki harapan dan penerimaan yang berbeda. Harapan **pertama**, seorang istri memiliki ekspektasi yang kurang menyenangkan terhadap perilaku nonverbal suaminya yang berwajah murung. Contoh Harapan **kedua**, dalam kasus di atas adalah, dimana seorang suami memiliki harapan terhadap perhatiannya kepada istri untuk menanyakan mau makan apa, dengan begitu sang suami berharap untuk membuat hati istri senang.

2. Pelanggaran Harapan

Pelanggaran harapan yang terjadi pada contoh **pertama**, adalah dimana ternyata ekspektasi sang istri yang kurang menyenangkan terhadap wajah suami yang murung dilanggar dengan jawaban dan perilaku nonverbal sang suami setelahnya, dan ternyata sang suami tidak marah kepada sang istri, namun sang suami berwajah murug karena masalah pekerjaan. Dengan pelanggaran harapan yang dilakukan sang suami tetap membuat sang istri merasa tidak suka dan tidak nyaman, karena sang suami berwajah murug dihadapannya, padahal tidak marah dengan sang istri, maka ini bersifat negatif.

Kemudian pelanggaran harapan yang terjadi pada kasus **kedua**, adalah dimana sebelumnya sang suami berharap sang istri merasa senang dengan perhatiannya yang menanyakan makan, namun malah dilanggar dengan perilaku nonverbal istri yaitu wajah cemberut. Namun dengan pelanggaran harapan tersebut sang suami tetap merasa senang dan bahkan gemas dengan tingkah sang istri yang dirasa sang suami lucu dan menyenangkan. Maka pelanggaran harapan tersebut bersifat positif. Yang mana contoh kedua ini sesuai dengan dengan apa yang disampaikan Burgon tentang tiga aspek dalam teori pelanggaran harapan.

3. Valensi Ganjaran Komunikator

Dengan contoh kasus terdapat dua valensi ganjaran komunikator yang berbeda, **pertama**, adalah dimana sang istri masih merasa tidak suka atau merasa jengkel dengan pelanggaran harapan yang dilakukan oleh sang suami, juga karena sang suami berwajah murug dihadapannya padahal tidak marah terhadapnya. Dengan begitu maka valensi ganjaran komunikator adalah negatif, yang mana hal tersebut akan menjadi referensi atau pengalaman

yang tidak menyenangkan dimasa yang akan datang, apabila sang suami melakukan hal yang sama dikemudian hari.

Contoh valensi ganjaran komunikator yang **kedua**, adalah dimana sang suami merasa gemas, dan senang dengan prilaku nonverbal sang istri yang cemberut, karena dirasa sang suami itu adalah hal yang lucu. Dari kedua kasus tersebut dalam hubungan suami istri maka masuk dalam proxemics pada zona jarak intim, yang mana berjarak 0 sampai 46cm, yang biasanya dilakukan oleh suami istri karena lebih mengetahui bagaimana bentuk pilaku nonverbal pasangan masing-masing.

Faktor pelanggaran harapan yang terkait keharmonisan hubungan suami istri.

Keluarga yang bahagia adalah yang minim terjadinya sebuah ketegangan dan kekecewaan serta ketidakpuasan terhadap keadaan yang ia hadapi, mulai dari aspek emosi, sosial, fisik, maupun mental. Kemudian menjadi keluarga harmonis juga perlu adanya keseimbangan dengan kualitas dan intensitas suatu hubungan.

Dalam suatu kasus yang sudah dijelaskan sebelumnya, bahwa masih adanya emosi, maupun ego yang di kedepankan, sehingga dengan begitu dapat memunculkan sebuah pertikaian karena harapan dan ekspektasi tidak sesuaikeudian dengan ganjaran yang negatif. Semua juga terjadi karena kesalahfahaman dan tidak mau mengalah terhadap pemikiran orang lain, sehingga pelanggaran harapan tersebut dapat terjadi.

Seperti yang telah dikemukakan oleh Andrian terdapat beberapa hal yang menjelaskan bagaimana keluarga yang harmonis. Penjelasan dan analisis sebagai berikut:

- a. Menciptakan hubungan beragama, yang mana didalamnya terdapat norma-norma yang baik, sehingga dalam sebuah pelanggaran harapan yang terjadi dalam hubungan suami istri, kita harus tetap mengedepankan hukum- hukum agama, dimana kita kita tidak boleh marah berlebihan, sehingga memunculkan pertikaian.
- b. Mempunyai waktu untuk pasangan atau keluarga, dimana pelanggaran harapan juga akan terjadi ketika seorang suami istri jarang bersama-sama meluangkan waktu, sehinga mereka tidak mengetahui bagaimana seluk- beluk prilaku nonverbal antara satu dengan yang lainnya.
- c. Memiliki komunikasi interpersonal yang baik dengan pasangan suami istri juga akan mengurangi terjadinya pelanggaran harapan. Yang mana komunikasi baik yang sudah terjalin akan menciptakan komunikasi yang berkualitas bagi sebuah hubungan.
- d. Saling menghargai juga menjadi salah satu hal yang mengurangi terjadi pelanggaran harapan, karena teori pelanggaran harapan adalah ekspektasi terhadap prilaku nonverbal seseorang, dan terkadang terjadi perbedaanpendapat.
- e. Kuantitas dan Kualitas konflik yang minim adalah menjadi salah satu hal yang dilakukan untuk meningkatkan keharmonisan keluarga dan mengurangi adanya pelanggaran harapan yang terjadi.
- f. Adanya ikatan yang erat Dengan adanya ikatan yang erat adalah dimana semua berhubungan dengan baik, dan disaat ada permasalahan akan diselesaikan secara baik-baik.

Dari uraian diatas maka dapat kita ketahui bahwa teori pelanggaran harapan ini akan memunculkan sebuah pertengkaran ataupun pertikaian apabila antara suami dan istri menerapkan norma-norma agama dalam setiap kehidupan, kemudian juga tidak memiliki komunikasi yang baik antar keduanya, kemudian tidak saling menghargai satu sama lain. Kemudian sering terjadinya pertikaian dengan permasalahan lain karena ego, dengan begitu pula pelanggaran harapan akan sering terjadi antara keduanya. Kemudian apabila antara suami dan istri tidak memiliki hubungan yang erat, serta menyelesaikan masalah dengan saling mau menang sendiri, maka pelanggaran harapan akan terus terjadi dan memperparah keadaan.

Dengan begitu maka dibutuhkan sebuah solusi dan mengatasi pelanggaran harapan dalam hubungan suami istri dan menjadikan hubungan yang harmonis pada suami istri. Setelah pernikahan keharmonisan tentu saja masih dapat dilakukan, dalam hal ini upaya untuk membentuk keharmonisan rumah tangga dengan mengaplikasikan tingkah laku yang baik terhadap pasangan (Sholihah, H., & Saidiyah, 2020).

Dari seorang istri harus memiliki tingkah laku yang sesuai dengan norma agama secara baik dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, diantaranya adalah sebagai berikut (Sholihah, H., & Saidiyah, 2020):

1. Menjaga harta suami dengan baik, dan selalu menjaga kehormatan suami
2. menyampaikan ungkapan sebuah rasa cinta yang indah dan tulus kepada sang suami
3. Jangan pernah mengumbar kekurangan ataupun kesedihan dan penderitaan yang dialami bersama sang suami, kemudian jangan mengeluh.
4. Menghormati dan menghargai bagaimanapun keadaan suami, yang penting masih berada pada jalan yang benar.
5. Jika mendapat uang bulanan dari suami maka di gunakan dan diatur dengan sebaik-baiknya, mengeluarkan uang dengan seperlunya sesuai dengan kebutuhan sehari-hari.
6. Memahami dan memaafkan kesalahan yang dilakukan oleh suami

Jangan pernah mempercayai perkataan orang lain terhadap kejelekan sang suami.

Sedangkan hal yang harus suami lakukan dalam membentuk suatu keluarga yang harmonis, diantaranya adalah sebagai berikut (Sholihah, H., & Saidiyah, 2020):

1. Melindungi, mengayomi, merawat, menjaga, dan mencintai istri dengan tulus dan sepenuh hati
2. Jangan pernah menyalahkan istri atau mencari-cari apa saja kesalahan yang sudah istri lakukan, dengan alasan yang tidak betul atau nyata.
3. Memberikan contoh yang baik kepada sang istri, nilai dalam sikap, tingkah laku, tutur kata maupun dalam hal ibadah.
4. Tidak diluar rumah terlalu lama dan meninggalkan istri dirumah, sehingga tidak memiliki waktu dengan istri.
5. Menunjukkan perhatian, apresiasi dan ucapan terimakasih kepada istri

6. Jangan pernah memancing amarah istri ataupun menyakiti istri dengan cara memancingnya untuk cemburu.

Dengan cara-cara diatas, dapat meningkatkan hubungan suami istri untuk lebih menjadikan hubungan tersebut harmonis, kemudian dengan cara tersebut pula pelanggaran harapan yang terjadi pada hubungan suami istri dapat diatasi dan diminimalisir agar tidak terjadi. Kemudian apabila pelanggaran harapan masih saja terjadi pada hubungan suami istri maka, harus mengingat kembali cara menjadikan keluarga harmonis, dan selalu menerapkannya. Agar hubungan suami istri yang dijalani lebih bahagia, nyaman, aman, damai, dan tentram.

Simpulan

Teori pelanggaran harapan berkaitan dengan bagaimana kualitas keharmonisan dalam hubungan suami istri berkurang dan dapat kita lihat dari uraian diatas bahwa teori pelanggaran harapan menjadi salah satu hal yang menyebabkan adanya pertikaian dan pertengkaran pada hubungan suami istri. Kemudian teori pelanggaran harapan ini pastinya akan terjadi pada sebuah hubungan suami istri karena memiliki cara pandang dan pendapat yang berbeda. Namun dengan adanya cara serta hal-hal untuk mengharmoniskan sebuah hubungan suami istri maka teori pelanggaran bukan hambatan yang begitu menghawatirkan sebuah hubungan suami istri, tetapi itu semua apabila suami dan istri sama-sama melakukan hal-hal yang dapat menjadikan hubungan suami istri harmonis.

Daftar Pustaka

- Arwan, A. (2018). Efektivitas Komunikasi Interpersonal Dalam Mewujudkan Keharmonisan Keluarga Di Masyarakat Nelayan Meskom Bengkalis. *Jurnal Dakwah Risalah*, 29(1), 32. <https://doi.org/10.24014/jdr.v29i1.5887>
- Empati, J., Sulisty, F. W., & Indrawati, E. S. (2016). *Dengan Intensitas Komunikasi Interpersonal*. 5(3), 482–485.
- Jamiah, Y. (2010). Keluarga Harmonis dan Implikasinya Terhadap Pembentukan Kepribadian Anak Usia Dini. *Neliti*, 1(69), 5–24.
- Kusumawati, T. I. (2016). Komunikasi Verbal Dan Nonverbal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 6(2).
- M.Syukri. (2016). Analisis Pelanggaran Harapan Nonverbal dalam Jarak Personal Karyawan Riau Pos Pekanbaru. *JOM FISIP*, 3(2), 1–15.
- Novianti, R. D., Sondakh, M., & Rembang, M. (2017). Komunikasi Antarpribadi Dalam Menciptakan Harmonisasi (Suami Dan Istri) Keluarga Di Desa Sagea Kabupaten Halmahera Tengah. *Acta Diurna*, 6(2), 1–15.
- Sholihah, H., & Saidiyah, S. (2020). Keharmonisan Keluarga Pasangan suami Istri Lanjut Usia. *Repository Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga*.
- Venus, A. (2003). Nonverbal Expectancy Violation Theory: Esensi dan Perkembangannya. *MediaTor*, 4(2).
- Zaenal Mukarom. (2020). *Teori-teori komunikasi*. Bandung: UIN Sunan Gunung Djati.