E-ISSN: 2613-9103
J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 13, Nomor 1, Juli 2025: 98 – 102

PELATIHAN KOMUNIKASI EFEKTIF PADA PASANGAN SUAMI ISTRI DI KELURAHAN DURI KEPA JAKARTA BARAT

Firman Alamsyah Ario Buntaran[1], Ahmad Sabir[2,] Dhani Irmawan[3]
[1,2,3] Universitas Mercu Buana
firman.alamsyah@mercubuana.ac.id[1], ahmad.sabir@mercubuana.ac.id[2],
dhani.irmawan@mercubuana.ac.id[3]

ABSTRAK

Komunikasi yang **baik adalah** salah satu **faktor penting untuk membangun** hubungan yang harmonis **di** antara **pasangan** suami istri. **Tujuan dari penelitian** ini **adalah** untuk meningkatkan pemahaman dan **kemampuan** pasangan suami istri dalam berkomunikasi secara efektif melalui program pelatihan berbasis pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan ini dilaksanakan di Karang Taruna Duri Kepa, Jakarta Barat, dengan melibatkan 41 pasangan suami istri sebagai peserta. Metode yang digunakan meliputi penyampaian materi, diskusi interaktif, dan simulasi praktik komunikasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman konsep komunikasi efektif pada peserta pelatihan, kesadaran akan pentingnya mendengarkan aktif, peningkatan pemahaman dalam menyelesaikan konflik, penggunaan bahasa verbal dan non vernal serta kemampuan menyampaikan pesan dengan empati. Dampak positif dari pelatihan ini tidak hanya dirasakan oleh pasangan, tetapi juga berkontribusi terhadap keharmonisan lingkungan keluarga secara keseluruhan. Program ini diharapkan dapat menjadi model pengabdian kepada masyarakat yang dapat diterapkan di wilayah lain untuk memperkuat ketahanan dan keharmonisan keluarga.

Kata kunci*:* *komunikasi efektif, pasangan suami istri, pelatihan, pengabdian kepada masyarakat, keharmonisan keluarga*

PENDAHULUAN

Komunikasi antar pasangan suami istri memiliki peranan dan manfaat penting dalam menciptakan hubungan yang harmonis dan menjaga ketahanan keluarga. Komunikasi yang buruk juga menjadi faktor utama yang menyumbang pada tingginya angka perceraian di Indonesia. Ketika komunikasi antara suami dan istri tidak efektif, hal ini dapat memunculkan terjadinya konflik sehingga dapat berkembang menjadi masalah yang lebih serius. Kurangnya keterampilan dalam memahami antar suami dan istri menyebabkan pasangan merasa tidak dihargai atau tidak didengar.

Data yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik, menyampaikan bahwa pada tahun 2024 terdapat 408.347 kasus perceraian yang terjadi di Indonesia, dengan faktor paling tinggi penyebab perceraian merupakan masalah yang merupakan dari konflik dan pertengkaran yang berkelanjutan dengan sejumlah kasus. Jika ditelaah lebih lanjut terkait dengan **alasan** perceraian, perselisihan dan **pertikaian** yang terus menerus adalah menyoroti masalah buruknya komunikasi, perbedaan prinsip antar pasangan, dan konflik yang tak kunjung terselesaikan sehingga menjadi bom waktu dalam pernikahan (Sari, 2025). Terdapat 5 propinsi di Indonesia dengan statistik perceraian tinggi, diantaranya adalah Jawa Barat, Jawa Timur, Jawa Tengah, Sumatera Utara, dan DKI Jakarta (Lukmanto, 2024).

Muttaqin (2019) melakukan analisis pada keluarga yang mengalami perceraian, hasil analisis tema menemukan bahwa faktor komunikasi menjadi faktor paling penting yang menyumbang terjadinya perceraian suami dan istri, dan dampak ini berpengaruh kepada hubungan antara orang tua kepada anak terkait dengan komunikasi dan perkembangan mental dan psikologis anak. Luthfi (2017) dalam penelitiannya juga menyampaikan **fakta menunjukkan bahwa** komunikasi antara suami **dan** istri yang tidak **berjalan** dengan baik **dapat menyebabkan ketidakcocokan** dalam hubungan**. Ada** beberapa faktor yang **dapat mengganggu keharmonisan** dalam hubungan

E-ISSN: 2613-9103
J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 13, Nomor 1, Juli 2025: 98 – 102

pasangan**,** **seperti** adanya **rasa ketidakpercayaan** antara suami **dan** istri yang **berasal dari** kurangnya kejujuran dan keterbukaan**,** sehingga **menimbulkan** konflik dan berujung pada perceraian.

Manna et al, (2021) berpendapat bahwa keharmonisan dapat diwujudkan dengan adanya komunikasi **yang positif, atau** komunikasi **asosiatif, mampu** menciptakan **keharmonisan** dalam **suatu** keluarga sehingga terbentuk keadaan harmonis. Baihaqi (2018) juga menyampaikan bahwa suami istri dalam keluarga, perlu saling memahami dan berkomunikasi yang baik antar pasangan. Pangaribuan (2016) juga berpendapat bahwa keharmonisan pernikahan sangat bergantung pada komunikasi efektif antara suami dan istri. Hubungan yang efektif dapat menciptakan hubungan interpersonal yang lebih berkualitas, dengan fokus pada kualitas hubungan yang terbuka, adanya simpati, saling mendukung, sikap positif, dan kesetaraan peran (DeVito, 1997). Banyaknya kasus perceraian keluarga diakibatkan adanya komunikasi yang buruk dan komunikasi efektif adalah salah satu kunci penting dalam memahami perceraian, dengan kurangnya komunikasi efektif, hal ini membuat hubungan antar pasangan mengalami konflik antar pasangan, berakhir pada perceraian (Badjarad, 2024).

Snyder (1997) menyampaikan bahwa kepuasan dalam perkawinan salah satu indikatornya adalah adanya komunikasi yang efektif yang mana hubungan antara suami dan istri dapat membicarakan berbagai permasalahan sehingga hal ini membawa efek positif pada kepuasan pernikahan. Pada dasarnya komunikasi efektif dapat dipandang sebagai komunikasi antar individu yang dapat **menimbulkan rasa senang, menanamkan prilaku, membina interaksi sosial yang baik, dan akhirnya menimbulkan tindakan, dan hakikatnya merupakan suatu fase-fase penyingkapan pikiran dan emosi** seseorang terhadap orang lain.

Pelatihan komunikasi efektif sebelumnya telah dilakukan oleh beberapa peneliti misalnya Widyarini et al,. (2023), yang mengembangkan **pelatihan** komunikasi **yang** efektif **menggunakan** teori Aturan Hubungan **bertujuan agar peserta memahami dengan lebih baik tentang keterbukaan serta kemampuan** mendengarkan dan menyampaikan pesan**, baik** secara verbal maupun non verbal kepada **pasangan mereka**. Afdilla (2022) pada program intevensi sebelumnya menekankan pada pelatihan komunikasi verbal maupun nonverbal pada pasangan suami dan istri, harapan dari pelatihan adalah pasangan suami istri **diharapkan dapat mencapai** kepuasan dalam **pernikahan** dan tidak lagi menghindar atau **saling** mengkritik, hasil dari pelatihan menunjukkan peningkatan pemahaman tentang komunikasi efektif pada pasangan suami dan istri.

Intervensi maupun penelitian-penelitian sebelumnya sebelumnya belum banyak menekankan arti pentingnya komunikasi termasuk arti, jenis komunikasi non verbal, resolusi konflik, dan komunikasi empatif dalam konteks hubungan antara suami dan istri, oleh sebab itu pengabdian kepada masyarakat saat ini berfokus pada pelatihan komunikasi efektif pada pasangan suami istri khususnya di daerah Kelurahan Duri Kepa Jakarta Barat. Pada tahun 2024, Pemprov DKI Jakarta melaporkan bahwa terdapat belasan ribu pelaporan terkait dengan permasalahan perkawinan sepanjang tahun 2023, dan Jakarta Barat menduduki peringkat pertama dengan angka kasus perceraian. angka perceraian paling banyak dilaporkan di wilayah Jakarta Barat dengan total 570 kasus perceraian dibandingkan dengan daerah Jakarta lainnya (Azzahra, 2024). Berdasarkan laporan dari Pengadilan Agama

Jakarta Barat, pada tahun 2025 ini mulai dari bulan Januari hingga Maret, terdapat 900 kasus perkara perceraian (Syukur, 2025). Oleh sebab itu pelatihan pada program pengabdian kepada masyarakat saat ini berfokus pada pelatihan komunikasi efektif dengan fokus pada tema empati, resolusi konflik, pelatihan komunikasi verbal dan non verbal, dan kepercayaan (*trust*).

METODE

Untuk **menyelesaikan** permasalahan **ini,** diperlukan **dukungan** dari berbagai pihak**,** tidak hanya keluarga dan sekolah**.** Universitas juga **harus terlibat dalam membantu remaja agar mandiri** dengan memberikan pendidikan atau pelatihan tentang pentingnya kemandirian. **Angka** kenakalan remaja **yang tinggi,** seperti

E-ISSN: 2613-9103
J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 13, Nomor 1, Juli 2025: 98 – 102

tawuran, **tindakan kriminal**, dan kasus **serupa** lainnya**, menjadi masalah serius** yang **dihadapi** oleh **banyak** kelompok remaja. **Kasus** tawuran **terjadi** hampir di **seluruh** wilayah Jakarta.

Pendekatan yang digunakan **dalam kegiatan** pengabdian masyarakat ini adalah **desain perlakuan yang melibatkan satu** kali pengukuran **pada awalnya** (pre-test). Desain pre test post test yang paling sederhana, peneliti mengumpulkan data tentang beberapa hasil melalui satu pra-tes, memberikan satu perlakuan, dan kemudian mengumpulkan data pasca-tes pada ukuran yang sama. Desain ini memungkinkan peneliti untuk memeriksa beberapa hasil yang diinginkan sebelum beberapa perlakuan (O1), kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) berupa pemaparan materi mengenai komunikasi efektif bagi pasangan suami dan istri (Bell, 2010). Pengukuran **dilakukan** di akhir **periode** (post test) setelah peserta **mendapatkan** perlakuan **tersebut**.

Perlakuan (*treatment*) yang diberikan berupa materi mengenai komunikasi efektif yang terdiri dari beberapa tema diantaranya adalah definisi komunikasi efektif, resolusi konflik, komunikasi empatif, bahasa verbal dan non verbal. Pengukuran dilakukan dengan analisis sederhana perbandingan nilai total skor pra tes dan skor total pasca tes, jika skor pasca tes lebih tinggi dari skor pra tes maka dapat dikatakan perlakuan (*treatment*) yang diberikan efektif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi efektif pada peserta pengabdian masyarakat.

Gambar 1. Desain pre dan post test

Peserta pengabdian masyarakat saat ini adalah bapak dan ibu rumah tangga berumur 30 hingga 50 tahun yang tinggal di kelurahan Duri Kepa Jakarta Barat. Peserta juga merupakan warga binaan Karang Taruna Kelurahan Duri Kepa Jakarta Barat. Seperti yang telah diketahui sebelumnya, Jakarta Barat merupakan daerah Jakarta dengan kasus perceraian paling tinggi diantara daerah Jakarta lainnya.

Gambar 2. Peserta Pengabdian masyarakat Duri Kepa Jakarta Barat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian saat ini merupakan bentuk kepedulian dan keprihatinan bersama terkait dengan masalah tingginya angka perceraian di Indonesia, terutama daerah Jakarta, yanng mana Jakarta diketahui sebagai kota dengan peringkat tinggi angka perceraian. Jakarta Barat merupakan area dengan predikat tertinggi angka perceraian dibandingkan dengan belahan Jakarta lainnya. Beberapa faktor yang diduga menjadi penyebab penting terjadinya perceraian adalah karena faktor buruknya komunikasi, meskipun faktor lain juga menjadi penyebab perceraian seperti masalah ekonomi, namun komunikasi menjadi faktor yang paling dominan dalam perceraian.

Berdasarkan masalah tersebut, program intervensi telah dilakukan berdasar permasalahan yang ada, yaitu dengan memberikan intervensi atau perlakuan berupa pemaparan materi komunikasi efektif untuk pasangan suami dan istri. Tujuan dari pemaparan komunikasi efektif bertujuan untuk meningkatkan pemahaman pasangan suami istri mengenai pentingnya komunikasi yang efektif dan terbuka. Kegiatan ini dilaksanakan di Karang Taruna Duri Kepa, Jakarta Barat, dengan melibatkan 41 pasangan sebagai peserta. Metode pelatihan meliputi pemberian materi, diskusi kelompok, serta simulasi untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pasangan suami istri mampu lebih memahami peran komunikasi dalam menyelesaikan konflik, mengungkapkan perasaan, dan meningkatkan keintiman emosional. Program ini memberikan dampak positif, tidak hanya bagi pasangan tetapi juga bagi keluarga mereka secara keseluruhan. Diharapkan,

E-ISSN: 2613-9103
J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 13, Nomor 1, Juli 2025: 98 – 102

kegiatan serupa dapat menjadi upaya berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas hubungan dalam keluarga dan komunitas. Pada pertanyaa mengenai arti pentingnya komunikasi dengan pasangan, hasil pre test menunjukkan terdapat 7 orang belum mengerti arti penting komunikasi antar pasangan, dan setelah diberikan perlakuan, menunjukkan semua peserta telah memahami arti penting komunikasi. Pada pertanyaan mengenai resolusi konflik, hasil pre test menunjukkan terdapat 13 orang belum mengerti mengenai penyelesaian konflik dengan pasangan, dan setelah diberikan perlakuan, semua peserta menunjukkan pemahaman mengenai penyelesaian konflik dengan pasangan. Pada pertanyaan mengenai keterampilan untuk dapat mendengar secara aktif, terdapat 8 orang belum memahami mengenai kemampuan mendengarkan secara aktif.

Pada pertanyaan mengenai arti penting komunikasi empati, hasil pre test menunjukkan terdapat 8 orang tidak memahami mengenai komunikasi empati. Secara keseluruhan hasil post test menunjukkan peserta telah memahami komunikasi efektif dengan pasangan. Berikut rincian sederhana mengenai analisis perbandingan nilai *pre post test*:

No	Pertanyaan	Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	Saya tahu arti pentingnya komunikasi dengan istri / suami	34	7	41	0
2	saya mengerti arti pentingnya komunikasi dengan suami / istri	35	6	41	0
3	saya tahu cara penyelesaian konflik dengan suami/istri	28	13	41	0
4	saya tahu pentingnya arti kemampuan mendengarkan penuh perhatian pada suami/istri	33	8	41	0
5	Saya tahu arti penting komunikasi dengan empati kepada suami/istri	32	9	41	0

Gambar 3. Tabel Perbandingan Nilai Pre Post Test

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Kelurahan Duri Kepa, Jakarta Barat, dengan tema Komunikasi Efektif pada Pasangan Suami Istri telah berjalan dengan sukses serta memberikan dampak positif yang signifikan berupa pemahaman komunikasi efektif. Melalui kegiatan ini, peserta **mendapatkan** pemahaman yang lebih **mendalam** tentang pentingnya komunikasi dalam membangun hubungan yang harmonis, saling memahami, dan berkelanjutan. Beberapa poin utama **kesimpulan** dari kegiatan ini **terdiri dari beberapa poin** berikut:

Kesadaran Akan Pentingnya Komunikasi: Pasangan suami istri menyadari bahwa komunikasi yang baik adalah fondasi utama dalam menciptakan hubungan yang harmonis dan mengurangi potensi konflik.

Penguasaan Teknik Komunikasi: Peserta berhasil mempelajari dan mempraktikkan berbagai teknik komunikasi efektif, seperti mendengarkan aktif, berbicara dengan empati, dan mengelola emosi secara konstruktif.

Penguatan Keterlibatan Emosional: Kegiatan ini turut membantu meningkatkan keterbukaan emosional antar pasangan, sehingga mereka lebih mampu memahami kebutuhan dan perasaan satu sama lain.

Partisipasi Aktif dan Antusias: Antusiasme dan keterlibatan aktif peserta menunjukkan bahwa tema ini relevan dan dibutuhkan oleh masyarakat setempat.

Diharapkan hasil dari pelatihan ini dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga hubungan pasangan suami istri menjadi lebih sehat, harmonis, dan kuat. Selain itu, kegiatan ini membuka peluang untuk melaksanakan program lanjutan, seperti pendampingan intensif atau pelatihan tambahan, guna memperkuat dampak positif yang telah dicapai. Semoga kegiatan ini menjadi kontribusi nyata dalam mendukung pembangunan keluarga yang sejahtera dan harmonis di lingkungan masyarakat Kelurahan Duri Kepa, Jakarta Barat.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Universitas Mercu Buana atas **kontribusinya** dalam **kegiatan** pengabdian kepada masyarakat kali ini, dengan dukungan dan administratif. Terimakasih juga kami ucapkan kepada pihak dewan kota Jakarta Barat yang telah memfasilitasi suksesnya pengabdian saat ini, dan terima kasih juga kami ucapkan kepada Karang Taruna Duri Kepa Jakarta Barat yang telah mendukung dengan menyediakan peserta dan tempat pelaksanaan, semoga jasa baik dari bantuan yang telah diberikan akan dibalas dengan seribu kebaikan juga.

DAFTAR PUSTAKA

Afdilla, T. (2022). Memperbaiki pola komunikasi pasangan melalui Behavioral Couple Therapy. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, *10*(1), 14-19.

Azzahra, A. T. (2024). Laporan DKI: Jakbar Paling Banyak Perkawinan Sekaligus Angka Perceraian. Detik News. Diakses pada tanggal 6 Juni 2025. https://news.detik.com/berita/d-7269051/laporan-dki-jakbar-paling-banyak-perkawinan-sekaligus-angka-perceraian.

Badan Pusat Statistik. (2024). Jumlah Perceraian1 Menurut Provinsi dan Faktor. Diakses pada tanggal 28 Juni 2025. https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1IwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2023

Badjarad, R. S. (2024). Solution Focused Therapy Untuk Meningkatkan Pola Komunikasi Efektif Pada Pasangan Suami Istri. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, *7*(2), 515-530.

Baihaqi, A. (2018). Pola Komunikasi Pasangan Suami Istri TKI (Studi Kasus Perceraian di Kabupaten Banyuwangi). *Al-Tsiqoh: Jurnal Ekonomi dan Dakwah Islam*, *3*(2), 28-47.

Bell, B. A. (2010). Pretest-posttest design. *Encyclopedia of research design*, *2*, 1087-1092.

DeVito, J. A. (1997). Komunikasi Antarmanusia. Jakarta: Professional Books.

Jalaludin, R. (2005). Psikologi komunikasi. *Bandung: PT Remaja Rosdakarya*.

Lukmanto, G. (2024). Lima Provinsi Dengan Tingkat Perceraian Tertinggi Beserta Faktornya. Diakses pada tanggal 6 Juni 2025. https://rri.co.id/cek-fakta/1005072/lima-provinsi-dengan-tingkat-perceraian-tertinggi-beserta-faktornya

Luthfi, M. (2017). Komunikasi interpersonal suami dan istri dalam mencegah perceraian di Ponorogo. *ETTISAL Journal of Communication*, *2*(1), 51-61.

Manna, N. S., Doriza, S., & Oktaviani, M. (2021). Cerai gugat: Telaah penyebab perceraian pada keluarga di Indonesia. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, *6*(1), 11-21.

Muttaqin, I., & Sulistyo, B. (2019). Analisis faktor penyebab dan dampak keluarga broken home. *Raheema: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, *6*(2), 245-256.

Pangaribuan, L. (2016). Kualitas komunikasi pasangan suami istri dalam menjaga keharmonisan perkawinan. *JURNAL SIMBOLIKA Research and Learning in Communication Study*, *2*(1).

Sari, D. 2025. Simak Faktor Utama Penyebab Perceraian di Indonesia 2024. Diakses pada tanggal 6 Juni 2025. https://data.goodstats.id/statistic/simak-faktor-utama-penyebab-perceraian-di-indonesia-2024-OJc0n

Snyder, D. K. (1979). Multidimensional assessment of marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 813-823.

Syukur, R. E. R. (2025). Pengadilan Agama Jakbar: Perselingkuhan jadi penyebab utama perceraian. ANTARA. https://www.antaranews.com/berita/4765785/pengadilan-agama-jakbar-perselingkuhan-jadi-penyebab-utama-perceraian. Diakses pada tanggal 6 Juni 2025.

Widyarini, N., Linsiya, R. W., Fitriyana, A. N., & Salma, A. (2023). Pelatihan Komunikasi Efektif pada Pasangan yang Menikah Muda. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *5*(4), 1645-1650.