

Proses *Reparenting Inner Child* Dalam Membangun Pola Komunikasi Suami Istri: Studi Kasus Psikologi Feminis

Firda Rodliyah

UIN Sunan Ampel Surabaya, Indonesia

Corresponden E-mai: firdarodliyah@uin-sa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola komunikasi pasangan suami istri melalui perspektif *inner child*. Berangkat dari pendekatan psikologi feminis, penelitian ini memandang bahwa hubungan pernikahan merupakan ruang reproduksi *inner child* dan cara pandang terhadap relasi gender, sehingga membentuk pola komunikasi antar pasangan suami istri. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif melalui studi kasus yang disajikan dalam bentuk *life history*, dan dianalisis dengan metode interaktif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman masa anak-anak (*inner child*) direproduksi dalam pola komunikasi pasangan, yakni setara, pemisah seimbang, dan monopoli. Pola-pola ini berkaitan dengan internalisasi peran gender, sehingga berpengaruh pada cara memaknai kedekatan emosional, pembuatan keputusan, dan penyelesaian konflik dalam pernikahan. Konsep *reparenting inner child* dalam penelitian ini digunakan untuk memahami upaya tiap individu dalam menegosiasikan ulang pola komunikasi kepada pasangan ketika dewasa.

Kata Kunci: *Inner Child*, *Reparenting*, Pola Komunikasi, Psikologi Feminis

Abstract

This study aims to identify communication patterns among married couples through the perspective of inner child. Drawing on a feminist psychology approach, this research views marital relationships as a space for the reproduction of the inner child and perspectives on gender relations, which subsequently shape communication patterns between spouses. This study employs a qualitative method through a case study design presented in the form of life history and analyzed using an interactive analysis method. The findings indicate that childhood experiences (inner child) are reproduced in couples' communication patterns, namely egalitarian, balanced separation, and monopoly patterns. These patterns are associated with the internalization of gender roles, influencing how individuals interpret emotional closeness, decision-making processes, and conflict resolution within marriage. The concept of inner child reparenting in this study is used to understand each individual's efforts to renegotiate communication patterns with their partner in adulthood.

Keywords: *Inner Child*, *Reparenting*, *Communication Patterns*, *Feminist Psychology*

1. Pendahuluan

Setiap pasangan suami istri tentu selalu mengharapkan sebuah keluarga yang harmonis dan memiliki komunikasi yang baik satu sama lain. Namun implementasi di lapangan tidak akan selalu berjalan sesuai dengan keinginan. Pola komunikasi adalah sesuatu yang harus dibangun bersama, diusahakan dengan seksama, dan dibiasakan hingga menjadi suatu hukum yang berlaku pada keluarga tersebut.

Devito menjelaskan, ada beberapa indikator yang dapat dilakukan untuk mencapai komunikasi interpersonal yang baik, yakni sikap saling percaya, terbuka, empati, dan suportif (Devito 2023). Ini merupakan aspek penting untuk dipertimbangkan dalam membangun dan memelihara hubungan suami istri dalam keluarga. Melalui pengimplementasiannya, sikap ini dapat menciptakan sebuah ruang positif dalam keluarga. Sehingga tiap anggota keluarga dapat saling mendukung dalam setiap aktivitas dan memberikan kontribusi penuh dalam hubungan tanpa disertai rasa rendah diri (Luthfi 2017). Sebaliknya, jika antara suami maupun istri memiliki kepribadian yang kurang atau tidak memiliki sikap saling percaya, terbuka, empati, dan suportif, akan berpotensi pada perselisihan dan konflik dalam rumah tangga (Aulia and dkk 2023).

Komunikasi dalam relasi hubungan suami istri, tidak hanya memiliki fungsi sebagai sarana pertukaran informasi, namun juga menjadi mekanisme utama dalam pembangunan keterikatan emosional, negosiasi kebutuhan, pembagian peran, dan penyelesaian konflik antar pasangan. Kualitas komunikasi akan menentukan bagaimana antar suami istri memaknai relasi, merespons perbedaan, dan menciptakan rasa aman dalam hubungan (Devito 2023; Gottman and Silver 2015). Sehingga dalam memahami dinamika komunikasi suami istri secara mendalam, penting untuk melihat faktor psikologis dan sosial yang membentuk cara individu berinteraksi sejak masa awal hidupnya.

Pengalaman pada masa kanak-kanak menjadi salah satu faktor yang krusial dalam memengaruhi pembentukan pola komunikasi individu di masa dewasanya. Hal ini tidak hanya membentuk respons emosional, namun juga memberikan gambaran konstruksi mengenai peran laki-laki dan perempuan, cara mengekspresikan kebutuhan, serta bagaimana bentuk komunikasi yang dianggap normal dalam keluarga. Secara implisit, gambaran ini terinternalisasi sejak dini dan direproduksi dalam kehidupan pernikahan melalui berbagai pola, baik dalam dominasi, cara menghadapi konflik, ketergantungan emosional, maupun pengambilan keputusan bersama (Chodorow 1978; Worell and Johnson 1997).

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini menggunakan perspektif psikologi feminis yang tidak hanya berhenti pada analisis pengalaman individu, namun juga melihat pengalaman masa kecil, pengasuhan, dan struktur gender dalam membentuk pola komunikasi pasangan suami istri. Perspektif ini diambil untuk memahami bahwa relasi pernikahan tidak berlangsung dalam ruang yang datar, melainkan dibentuk oleh pengalaman psikologis dan relasi kuasa yang telah terinternalisasi melalui kehidupan masa lalu (Enns 2017).

Margaret Paul, seorang psikiater, dalam *Inner Bonding Becoming a Loving Adult to Your Inner child* mengungkapkan bahwa melalui *inner child* yang buruk, kehidupan pasangan dapat

mengalami berbagai konflik. Diantara dampaknya adalah ketakutan akan kehilangan diri sendiri maupun orang lain, ketakutan atas diri sendiri yang tidak cukup atau tidak memadai, hingga pada pertengkaran yang terjadi seiring waktu (Margaret Paul 1992). Implikasi tersebut bisa terjadi kapan dan di mana saja. Tentunya jika satu sama lain tidak bisa saling mengerti, respon-respon traumatik ini dapat berujung pada kekerasan fisik maupun psikis antar pasangan. Peristiwa tersebut merupakan pola hubungan yang sakit dan tidak bisa dibiarkan terlalu lama.

Sebaliknya, Seseorang yang memiliki *inner child* bahagia tumbuh dengan sikap percaya diri dan tidak mudah cemburu karena semasa kecil mereka mendapatkan pola asuh orang tua yang penuh dengan kasih sayang. Sebagaimana yang Rokelle Lerner sampaikan bahwa pola asuh orang tua sangat berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak ketika tumbuh dewasa. Jika seorang anak dibesarkan dengan orang tua yang memberikan kebutuhan mereka, seperti cinta, kasih sayang, dan kepedulian, maka anak akan menyimpulkan bahwa hidup memiliki kebernanaan dan orang-orang dapat dipercaya (Lerner 1990).

Berdasarkan hal tersebut, saya ingin melihat bagaimana pola komunikasi yang dijalin oleh pasangan suami istri dengan berbagai bentuk *inner child* yang dimiliki tiap-tiap individu. Seperti halnya yang dijelaskan oleh Joseph A Devito bahwa pola komunikasi pada pasangan suami istri dibagi menjadi tiga, yakni pola setara, pola pemisah seimbang, dan pola monopoli (Devito 2023). Pada pola setara, hubungan dalam keluarga tidak saling tindih menindih, tidak ada kekerasan, dan tiap anggotanya memiliki kesempatan yang sama untuk memenuhi kebutuhan (Widyastuti 2017).

Pola pemisah seimbang sendiri lebih mempertahankan kesetaraan, meskipun dalam tugas dan kewenangan yang berbeda. Sedangkan pada pola komunikasi monopoli, terdapat dominasi antar salah satu pasangan, entah pihak suami maupun istri. Dominasi yang dimaksud adalah segala hal, termasuk dalam pengambilan keputusan (Devito 2023).

Diskursus terkait *Inner child* dalam hubungan suami istri telah beberapa kali dilakukan sebelumnya. Seperti halnya hasil pengalaman Margaret Paul sebagai konselor yang dibagikan melalui buku seperti halnya judul di atas. Pada salah satu bab, ia menceritakan pengalaman-pengalaman *inner child* kliennya yang berpengaruh pada hubungan dengan pasangan. Namun pada kisah-kisah yang disebutkan, Margaret tidak menyebutkan secara gamblang bagaimana pola komunikasi yang kliennya jalin selama ini.

Begitupun juga pada tulisan lain turut dilakukan oleh Dorothy Howard Collin. Ia mencoba mengembangkan *The Couples Workbook* sebagai aplikasi praktis membantu pasangan berdamai dengan *inner child* dan dampak darinya sehingga dapat menciptakan hubungan yang

setara tanpa saling mendominasi. Tulisan ini diujikan oleh para konselor, dan tidak mendapatkan banyak respon terkait integrasi *inner child* (Chodorow 1978).

Di antara banyaknya tulisan tentang *inner child* yang membahas permasalahan secara umum, kedua tulisan di atas sama-sama berusaha mendiskusikan antara integrasi *inner child* dengan hubungan suami istri. Meskipun demikian, pembahasan yang secara komprehensif menjembatani pengalaman masa kanak-kanak, konstruksi gender, dan pola komunikasi suami istri melalui perspektif psikologi feminis masih relatif terbatas. Hal inilah yang kemudian menjadi ketertarikan saya untuk mengkaji terkait pola komunikasi pasangan suami istri yang dipengaruhi oleh *inner child*.

Pada tulisan ini saya mencoba menggunakan teori Nancy Chodorow, yakni *reproduction of mothering*. Ia mengatakan bahwa kepribadian yang ada pada diri laki-laki maupun perempuan dilatarbelakangi oleh pengalaman-pengalaman personal mereka sejak masa bayi (Chodorow 1978). Sehingga sifat dan kualitas hubungan sosial yang dialami oleh anak akan disesuaikan, diinternalisasikan, diatur, hingga membentuk sebuah kepribadian. Hal inilah yang kemudian akan berpengaruh pada pola komunikasi yang diberikan oleh individu pada orang lain, termasuk pasangan (Worell and Johnson 1997).

Tujuan dari tulisan ini adalah untuk mengkaji pola komunikasi pasangan suami istri melalui konsep *reparenting inner child* dan pendekatan psikologi feminis. Hal ini didasarkan oleh penelitian-penelitian sebelumnya yang masih mengabaikan dinamika psikodinamik masa kanak-kanak dengan pola komunikasi suami istri di masa dewasa. Tulisan ini akan menjawab dua pertanyaan, pertama yakni menjelaskan terkait gambaran *inner child* tiap individu, dan kedua Adalah pola komunikasi tiap pasangan suami istri.

2. Metode

Jenis metode tulisan yang digunakan dalam tulisan ini adalah *descriptive research* (Hardani and dkk 2020) melalui studi kasus empat pasangan suami istri di Banyuwangi. Saya menggunakan teknik *purposive sampling* (Tongco 2007) dengan kualifikasi usia pernikahan di bawah dan di atas lima tahun. Berdasarkan hal ini, saya telah mendapatkan 8 orang narasumber yang terbagi dari dua pasangan suami istri dengan usia pernikahan di bawah lima tahun, dan dua lainnya di atas lima tahun, dengan keadaan keduanya masih dalam status bersama. Pengumpulan data saya lakukan melalui wawancara mendalam dan mendapatkan output berupa rekaman, transkrip, dan catatan selama di lapangan. Setelah penelitian selesai dilakukan, saya akan menyajikan data melalui teknik *life history* (Nugrahani 2014). Pada teknik ini, saya akan mendeskripsikan potongan kisah kehidupan narasumber saat masih kecil, kebahagiaan dan

trauma yang mereka rasakan, pengelolaannya, hingga bagaimana pola komunikasi pasangan yang kemudian bisa mereka jalin bersama. Kemudian setelah itu, saya akan mencoba untuk menganalisa data menggunakan analisis interaktif (Miles et al. 2014). Yakni melakukan reduksi data terhadap hasil di lapangan, melakukan proses seleksi sesuai dengan fokus tulisan yang dituju, serta memfilter informasi yang mendukung data lapangan (Nugrahani 2014).

3. Hasil dan Pembahasan

Gambaran *Reparenting Inner child* Tiap Individu

a. Rahma dan Rudi (Nama Samaran)

Kisah Rahma bermula dari sebuah peristiwa yang menyebabkan dirinya menjadi korban perceraian kedua orang tuanya. Perceraian ini bermula dari perselingkuhan ibunya dengan salah satu santri ayahnya (red. Karno (nama samaran)) yang terjadi berlarut-larut. Setelah bertahun-tahun selingkuh, akhirnya ayahnya memergoki sendiri perlakuan mereka, dan menceraikan ibunya.

Rahma kemudian ikut dengan ayahnya. selama itu, ia beberapa kali dipukul dan dimarahi. Ia sadar, hal ini tidak lain karena perasaan yang sedang kacau dan tidak karuan. Bahkan ketika ayahnya sudah menikah lagi, ia beberapa kali melihat ayahnya memukul ibu tirinya. Padahal sebelum itu, ia tak pernah melakukannya kepada ibu kandung Rahma.

Kejadian yang menimpa Rahma saat masa kecil sempat membuatnya menjadi sosok yang takut untuk ditinggalkan. Seperti halnya ketika Rahma menikah dengan Rudi. Rahma mulai terlihat ketakutan, bahkan seringkali menangis, ketika melihat Rudi bersikap dekat dengan saudara ipar perempuannya.

Lambat laun Rahma pun tersadar, mengapa ia harus cemburu dengan istri adik iparnya, yang juga sudah dianggap seperti saudara sendiri. Kini, walaupun trauma itu masih ada, Rahma telah berusaha sedikit demi sedikit untuk melepaskan perasaannya sehingga tidak terlalu posesif ataupun terlalu tidak percaya kepada pasangannya (Rahma (Pseudonyms), "Kisah Masa Kecil," January 24, 2023).

Berdasarkan cerita di atas, kita tahu bahwa ketika Rahma masih kecil, ia mengalami pengkhianatan dari ibunya. Hal ini membuatnya percaya bahwa orang lain bisa tidak dipercaya. Ia merasa takut terluka dan ditinggalkan. Selain itu, Rahma juga berusaha mengelola dan mengendalikan *inner child* dirinya. Pertama, ia menyadari bahwa dulu ia pernah mengalami luka, dan hal itu masih menyakitinya. Kedua, ia berusaha memahami sifat anak dalam dirinya dengan cara tidak cemburu ketika orang terdekatnya berbicara dengan orang lain. Rahma berusaha membuang kebiasaan buruknya, yaitu tidak mudah

menyalahkan pasangannya, dan ia percaya bahwa budaya keluarga barunya membantunya menjadi seseorang yang lebih kuat. Rahma mengakui bahwa budaya keluarga aslinya dan keluarga suaminya sangat berbeda. Di keluarganya, hubungan antar ipar dianggap tabu, seolah ada jarak antara saudara. Sementara di keluarga suaminya, semuanya dianggap seperti saudara sendiri, sehingga perlakuan dan komunikasi antar orang tidak dibatasi seperti dengan orang asing.

Kisah Rudi bermula dari kekerasan yang dilakukan oleh ayahnya ketika masih kecil. Keras yang dimaksud oleh Rudi di sini adalah masalah kedisiplinan dalam pendidikan. Seperti ketika ia berangkat mengaji telat, salat telat berjamaah, atau ketika salah baca saat mengaji, ayahnya tidak segan-segan selalu main pukul ke Rudi. Pendidikan ini berlangsung cukup lama, yakni sejak Rudi naik ke bangku TK hingga SMA.

Ketika masih kecil, Rudi merasakan kejengkelan tersendiri terhadap pendidikan ayahnya, namun lambat laun kejengkelan itu berubah. Saat sudah beranjak pendidikan menengah atas, Rudi sadar, bahwa pendidikan ayahnya selalu dibarengi dengan kasih sayang. Seperti halnya ayahnya yang bercerita tentang masa lalu, bagaimana ia hidup, pengalamannya di pondok dulu, dan sebagainya. Sesuatu yang sederhana, namun sangat berarti bagi Rudi.

Berdasarkan pendidikan ayahnya yang demikian keras, Rudi tumbuh menjadi sosok yang keras, mudah tersulut emosi, dan main tangan. Selain faktor keluarga, Rudi juga sadar bahwa emosi yang cukup besar juga dipengaruhi oleh minuman keras dan obat-obatan yang pernah dikonsumsi ketika masa SMA. Rudi dewasa kemudian sering berpikir dan berkontemplasi apa dan mengapa dibalik pukulan maupun perkataan ibunya ketika ia masih kecil. Ia tidak menyalahkan orang tuanya atas apa yang mereka lakukan, namun tetap menggunakan pola pendidikan yang sama dengan modifikasi yang ia pertimbangkan dari lingkungan keluarganya besarnya sekarang.

b. Ari dan Dini (Nama Samaran)

Tiap-tiap dari mereka dipengaruhi pembicaraan negatif oleh saudaranya masing-masing. Bapak Ari terhasut oleh kata-kata yang dilontarkan oleh adik dan kakaknya perihal perangai istrinya. Sedangkan ibunya juga demikian, tergoyahkan oleh perbincangan saudara-saudaranya tentang suaminya. Keluarga kedua belah pihak saling beradu, sehingga mereka akhirnya pecah dan memilih untuk bercerai.

Setelah perceraian itu, Ari merasa stres, bukan karena perceraian kedua orang tuanya, melainkan kepada tindakan bullying orang-orang disekitarnya. Ketika ia beranjak SMP,

saudara-saudara baik dari bapak maupun ibunya, suka menggunjing Ari karena orang tua yang telah berpisah. Ia pun sempat melarikan diri menuju perilaku negatif. Sampai akhirnya ada seorang saudara lain yang membimbingnya untuk lebih tenang dan teguh.

Saat menghadapi permasalahan yang sama di kemudian hari, ia merubah dirinya untuk menjadi sosok yang pendiam. Ari tidak lagi berani untuk mengungkapkan apa yang telah menjadi keresahannya sejak SMP. Ia memilih untuk diam saat di-bully oleh teman-temannya. Sayangnya karena memilih diam, ketika pem-bully-annya sudah terasa keterlaluhan, emosi Ari akan meledak, dan memukuli pelaku.

Pembentukan karakter melalui *inner child* yang tumbuh pada diri Ari terlihat dari bagaimana ia merubah sikapnya menjadi lebih pendiam ketika SMP. Ia merasa takut akan perundungan yang dilakukan oleh saudara-saudara sepupunya. Begitupun juga ketika memilih pasangan. Ari mengaku bahwa dirinya takut jika harus memiliki pasangan korban *broken home*, karena ia telah mengalami dan trauma akan hal tersebut.

Aku wedi. Wedi, sempet dikenalno karo wong broken, wedi, wedi. maksud e keweden sing gak mendasar. Koyok traumane mbalik neh, trauma.

Terjemah: Aku takut. Takut, sempat dikenalkan dengan orang yang mengalami *broken home*, takut, takut. Maksudku ketakutan yang tidak mendasar. Seakan traumanya kembali lagi, trauma (Ari (Pseudonyms), "Kisah Masa Kecil," January 13, 2023).

Proses yang dilakukan Ari dalam mengelola *inner child*-nya dimulai dengan mengakui dan menerima pengalaman masa lalu yang pernah dialaminya. Ia sadar dan tidak menolak apa pun yang terjadi kepada kedua orang tuanya atau perlakuan dari saudara-saudaranya. Tidak hanya sampai di sana, Ari juga mencoba memahami kebutuhan *inner child*-nya agar bisa memberikan yang terbaik di masa depan. Ketika sudah memiliki keluarga, ia sangat menjaga keluarga agar tetap utuh. Jika ada orang yang membicarakan istrinya dan ia mendengar, ia memilih untuk tidak berkata apa-apa. Dari pengalaman orang tuanya, Ari belajar untuk menangkis semua kata-kata buruk yang sering diucapkan tetangganya terhadap keluarga Ari.

Sedangkan Dini merasa semasa kecilnya mendapatkan kasih sayang yang penuh dari orang tuanya. Dini bercerita, bahwa orang tuanya lebih sabar dan banyak menaruh perhatian ketika berhadapan dengannya, ketimbang kakak-kakaknya. Seperti ketika Dini sedang tidur malam, ayahnya akan datang dan menyelimutinya, padahal hal ini tidak pernah dilakukan ayahnya kepada kakak-kakak lelakinya. Ia sadar perlakuan orang tua yang berbeda terhadapnya tidak lain dikarenakan mereka telah lama mengharapkan anak perempuan sejak

lama. Sehingga ketika telah diberikan amanah anak perempuan, kesabaran mereka bertambah besar.

Menurut Dini, ayahnya bukanlah seorang pemarah, bahkan ia tidak pernah menemui ayahnya marah-marah kecuali ketika sudah lanjut usia dan sakit-sakitan. Ayahnya lebih kepada sosok yang tegas, dan pada masalah-masalah fatal saja, khususnya pendidikan. Dini sendiri teringat, ia pernah dipukul, rambutnya dijambak, bahkan dilemparkan oleh ayahnya karena telah diperintah mandi sebelum mengaji sore, namun tidak kunjung dilaksanakannya. Namun, Dini tidak merasa bahwa ayahnya adalah seseorang yang mudah main tangan terhadap anak-anaknya.

Sedangkan ibu Dini sendiri adalah sosok yang paling bertanggung jawab terhadap keseharian anak-anaknya. Masalah makan, penghasilan utama, dan kegiatan-kegiatan anaknya banyak dijatuhkan kepada ibunya. Dini mengakui, ibunya adalah sosok yang suka banyak mengomel pada anak-anaknya, apalagi ketika mereka berbuat kesalahan. Namun yang terjadi adalah sebaliknya. Karena seringkali marah, anak-anaknya malah tidak banyak menggubris, termasuk Dini. Ia lebih takut kepada bapak ketimbang ibunya. Jika sudah demikian, ibu Dini berani untuk main tangan dengan menjewer paha anaknya.

Walaupun dibesarkan dengan pendidikan orang tua yang disiplin keras, khususnya masalah pendidikan, Dini merasa telah mengalami suatu pengalaman yang buruk. Ia tidak merasakan pendidikan orang tuanya merupakan sebuah kesalahan yang harus membuatnya trauma atau bersedih. Sebaliknya, ia merasa masa kecilnya hanya banyak bersenang-senang, sampai Dini tak banyak mengingat seperti apa masa kecilnya dulu. Dini pun tumbuh menjadi seorang perempuan yang ceria dan seringkali memberikan energi positif kepada sekitarnya, ia pun merasa mudah menjalin komunikasi baik dengan siapapun.

c. Rama dan Sinta (Nama Samaran)

Sejak kecil, Rama dan saudara-saudaranya banyak diasuh oleh nenek dari ibunya. Baik dari pendidikan karakter hingga rasa kasih sayang, banyak dicurahkan oleh nenek Rama. Sedangkan kedua orang tua merupakan aktivis pegiat sosial. Ibunya pergi dari rumah sejak pukul setengah tujuh pagi sampai jam dua siang, sedangkan ayahnya pergi sejak pukul jam tujuh pagi sampai sebelas malam. Karena inilah, Rama dan saudaranya merasa kurang kasih sayang, kehilangan waktu bersama keluarga inti.

Sosok nenek Rama sendiri, dalam mendidik cucu-cucunya menggunakan pola asuh keras dan sering marah-marah. Bahkan tidak jarang jika cucunya melakukan kesalahan, ia akan menjewer bagian tubuh tertentu sampai gosong. Ini berlangsung cukup lama sampai

Rama kelas enam, yang kemudian dipindahkan ayahnya ke pondok pesantren. Walaupun mendapatkan didikan yang keras dan main fisik, yang Rama anggap penting bukanlah itu, melainkan nilai-nilai yang diajarkan oleh neneknya, yakni komitmen dan tanggung jawab.

Yang membangun komitmen dan tanggung jawab itu nenek saya. Nenek saya itu dulu kasar banget. Maksudnya kolotnya orang dulu. Tapi kalau dilihat sekarang itu etos kerjanya tinggi, artis jamannya Pok Nori. Kerasnya sering marah-marah. Nggak sering lagi, bahkan dulu pake jiwitan. Jadi saya sampai 2005, sini (sambil menunjuk bagian tubuh) itu hitam, karena jiwit. Ya dijiwit ibu sama nenek. Meskipun itu saya yang salah, adek saya yang salah, saya yang tanggung jawab, gitu.

Berdasarkan kisah Rama di atas, dapat diketahui bahwa ia telah melakukan pengelolaan terhadap *inner child* yang ada pada dirinya. Pertama, ia mengenal dan memahami bagaimana pola asuh pada masa kecilnya, bagaimana orang tuanya memberikan kepercayaan penuh, serta bagaimana neneknya selalu tegas dan keras dalam mendidik cucunya. Kedua, ia menerima semua pola pendidikan itu. Ia tahu, bahwa kekerasan yang diberikan oleh neneknya sangat menekankan pada pendidikan tanggung jawab. Ia tahu bahwa pendidikan itu penting, walaupun juga ia turut menyalahkan bagian kekerasan fisik yang seringkali diperbuat nenek kepadanya.

Ia turut menyalahkan kedua orang tuanya yang terlalu sibuk dengan urusan masing-masing hingga tidak memiliki waktu untuk anaknya. Meskipun demikian, Rama tidak merasa dendam atau benci kepada nenek maupun orang tuanya. Sebaliknya, ia menggunakan pengalamannya sebagai bahan evaluasi untuk bersikap dalam kehidupan selanjutnya, baik ketika memiliki pasangan, ataupun setelah menikah.

Rama tetap tumbuh menjadi seseorang dengan kepribadian yang keras dan tegas, ia menyadari bahwa tumbuhnya watak ini tidak lain dari pola asuh neneknya. Namun ia juga tidak ingin menjadi neneknya yang mudah main fisik terhadap orang lain, ataupun menjadi orang tuanya yang tidak menyempatkan waktu untuk mencurahkan kasih sayang pada anaknya. Seperti halnya sekarang, ketika Rama aktif di perangkat desa dan pondok pesantren milik ayahnya, ia akan selalu menyempatkan diri untuk pulang dan memiliki waktu untuk istri dan anaknya (Rama (Pseudonyms), "Kisah Masa Kecil," January 24, 2023).

Sedangkan Sinta sendiri, sejak kecil ibu dan bapaknya mendidik dia dengan keras, terlebih perihal pendidikan. Sebagai orang yang memiliki latar belakang guru, kedua orang tuanya sangat disiplin perihal waktu. Seperti halnya tiap waktu yang ditentukan, anak harus sudah tidur, tidak boleh menonton televisi. Begitupun juga ketika azan berkumandang, harus salat tepat waktu, terlebih di awal waktu. Penekanan ini tidak serta merta diberikan begitu saja kepada Sinta, namun mereka juga memberikan pengertian, bahwa kebiasaan baik sejak

kecil akan membentuk pribadi yang tertata di masa mendatang. Hal ini yang membuat Sinta memilih untuk menurut kepada kedua orang tuanya, walaupun perintahnya begitu tegas dan keras.

Pola pendidikan orang tua Sinta yang menekankan pada kedisiplinan secara tidak langsung memengaruhi kehidupan Sinta yang lebih tertata, khususnya dalam melaksanakan ritual keagamaan. Sinta mengakui, meskipun kedua orang tuanya tegas dan keras, namun mereka tidak pernah main tangan kepada Sinta, sehingga ia tidak mengalami trauma terhadap apa-apa yang diperintah atau dilarang oleh kedua orang tuanya. Ia pun tidak menuruti seluruh kemauan orang tuanya, namun ketika menginginkan sesuatu, Sinta lebih memberikan pengertian lebih kepada orang tuanya (Sinta (Pseudonyms), “Kisah Masa Kecil,” January 23, 2023).

d. Andi dan Maria (Nama Samaran)

Sejak Andi lahir, ia dan kedua saudaranya dialihasikan kepada paman dan bibi dari keluarga ibunya. Bersama keluarga barunya, Andi selalu dididik untuk menjadi anak yang mandiri. Orang tua barunya sangat menekankan kepada anak-anaknya untuk belajar menabung sejak dini. Sehingga untuk membeli apa-apa, bisa didapat dari jerih payah sendiri. Seperti halnya Andi, ketika dia dibelikan HP oleh orang tuanya, ia tidak melulu meminta uang untuk membeli pulsa. Sebaliknya, ia selalu menabung dari uang jajan untuk membeli pulsa sendiri. Sehingga apapun yang ia inginkan, selalu diusahakan dengan hasil sendiri, tanpa merepotkan orang tua. Meskipun orang tuanya tidak serta merta membiarkan dan tidak membantu, Andi tetap mencari cara bagaimana cara mendapatkan uang dengan jalan yang baik, bukan mencuri.

Di lain sisi, orang tua baru Andi, baik paman maupun bibi, tidak pernah membedakan antara anak kandung dan anak asuhnya. Mereka memperlakukan anak-anaknya setara. Walaupun sama-sama memiliki pola asuh yang tegas, mereka tidak pernah menekan anak-anaknya harus sesuai dengan keinginannya. Mereka tidak pernah main tangan, bahkan berkata kasar atau memarahi saja hanya ketika Andi berbuat kesalahan. Sehingga hal ini tidak terlalu berefek pada mental Andi dan saudaranya.

Ketika diajak membicarakan perihal ayah kandung, Andi terdiam. Ia mengatakan bahwa ayah kandungnya telah meninggal sejak kelas 1 SMA. Sebelum itu, ia sudah tahu ayah kandungnya yang mana, ia sudah mengerti bahwa ayahnya telah membangun rumah tangga dengan istri yang baru, bahkan rumahnya pun tidak jauh dari kediaman paman dan

bibinya. Namun, karena Andi telah diambil asuh paman dan bibinya sedari lahir, ayahnya tidak banyak berketik atas pendidikan dan pengasuhan anaknya.

Sesekali ayah kandung Andi memberikan bantuan materi untuk Andi melalui nenek dan bibi. Namun di sini baik dari ayah, maupun keluarga besar, sama-sama menutup fakta bahwa Andi bukan anak kandung dari paman dan bibi, melainkan ayah kandungnya. Hal inilah yang kemudian membatasi Andi untuk berkomunikasi dengan ayahnya, begitupun sebaliknya.

Andi tidak marah dengan ayah kandungnya, walaupun sejak kecil tidak ada kasih sayang dan pengasuhan yang diberikan secara langsung. Andi tetap mencoba berkomunikasi baik dengan ayahnya hingga akhir hayat, begitupun juga kepada istri dan anak-anaknya yang lain. Andi sudah berdamai dan menganggap mereka sebagai keluarga sendiri. Bahkan ibu tirinya pun juga telah dianggap sebagai ibunya sendiri (Andi (Pseudonyms), "Kisah Masa Kecil," January 23, 2023).

Melalui orang tua angkat, Andi tumbuh menjadi seseorang pekerja keras, hemat, dan suka menabung. Hal ini terus ia lakoni hingga beranjak pada jenjang pernikahan dan memiliki anak. Secara implisit, Andi juga telah melakukan pengelolaan atas masa lalu yang telah ia alami semasa kecil. Ia sadar dan mengerti bahwa dirinya tidak bisa memilih untuk menjadi anak siapa dan diasuh siapa kala itu. Sehingga Andi juga mengerti, ia tidak bisa menyalahkan siapapun ketika ia dijauhkan dari pelukan ayah kandungnya.

Maria (nama samaran) merupakan anak terakhir dari empat bersaudara. Sebagai anak terakhir, dia dididik dengan baik oleh keluarganya. Ia merasa orang tuanya sayang dan memberikan perhatian penuh kepadanya. Kedua orang tuanya, baik ayah maupun ibu, sama-sama mendidiknya perihal kesopanan dan agama. Mereka menekankan pendidikannya lebih kepada nasihat dan perintah kepada ritual-ritual keagamaan, seperti salat maupun mengaji. Walaupun sangat disiplin masalah pendidikan agama, orang tua maria hampir tidak pernah marah kepadanya, bahkan untuk melakukan kekerasan fisik sekalipun.

Maria dibebaskan oleh orang tuanya untuk mengeksplorasi diri. Bersekolah sampai SMK, dan melanjutkan karir dengan bekerja. Batasan-batasan yang diberikan orang tuanya termasuk untuk tidak membawa lelaki masuk ke dalam rumah tidak membuat Maria merasa itu adalah sebuah kekangan, sebaliknya ia menuruti apa yang dikatakan oleh orang tuanya dan berpikir bahwa hal tersebut memang suatu hal yang baik untuk dirinya maupun orang tuanya, khususnya agar tidak menjadi pembicaraan tetangga (Maria (Pseudonyms), "Kisah Masa Kecil," January 23, 2023).

Dampak yang Maria rasakan dari pola pengasuhan orang tuanya adalah ia merasa lebih terarah dan disiplin dalam melakukan banyak hal. Terutama ketika beribadah, orang tuanya sangat menekankan Maria untuk tidak meninggalkan ritual agama sejak kecil. Selain itu, Maria juga tidak merasa kesulitan dalam menjalin komunikasi dengan banyak orang. Walaupun ia memiliki karakter yang terkesan cuek, namun ia lebih dapat dalam mengendalikan emosinya, termasuk dalam ketika berhadapan dengan suami dalam lingkup keluarga inti.

Pola Komunikasi

Sebelum menuju pada klasifikasi pola komunikasi narasumber. Saya ingin menegaskan bahwa tiap individu selalu mengalami fase berkembang. Pada konteks tulisan ini, para narasumber telah melakukan *reparenting inner child* baik sebelum maupun setelah menikah. *Reparenting inner child* sendiri merupakan tanggung jawab dan perlu diupayakan dalam mengingat luka dan mengevaluasi apa yang terjadi di masa kecil (Katarina 2021). Bukan untuk melupakan atau lari darinya, melainkan proses seseorang untuk dapat menyaksikan rasa sakitnya, mendengarkan tanpa menghakimi, dan terlibat secara aktif dalam memperbaiki rasa sakit yang diterima (LeBlanc 2022). *Reparenting* membutuhkan waktu yang tidak sedikit, komitmen yang kuat, dan kesabaran yang luas. Perlu adanya kedisiplinan, kebahagiaan, regulasi emosi, dan kepedulian dalam menjalankan *reparenting* terhadap diri sendiri (Li 2023).

Selanjutnya saya baru akan membahas tentang pola asuh yang pasangan suami istri alami selama menikah. Joseph A Devito dalam bukunya *The Interpersonal Communication* yang telah diperbarui pada edisi keenam belas tahun 2022 menyebutkan beberapa pola komunikasi yang terjadi dalam hubungan suami istri, diantaranya adalah pola setara, pola pemisah seimbang, pola pemisah tidak seimbang, dan pola monopoli.

a. Pola Setara

Sebelum menuju pada klasifikasi pola komunikasi narasumber. Saya ingin menegaskan bahwa tiap individu selalu mengalami fase berkembang. Pada konteks tulisan ini, para narasumber telah melakukan *reparenting inner child* baik sebelum maupun setelah menikah. *Reparenting inner child* sendiri merupakan tanggung jawab dan perlu diupayakan dalam mengingat luka dan mengevaluasi apa yang terjadi di masa kecil (Katarina 2021). Bukan untuk melupakan atau lari darinya, melainkan proses seseorang untuk dapat menyaksikan rasa sakitnya, mendengarkan tanpa menghakimi, dan terlibat secara aktif dalam memperbaiki rasa sakit yang diterima (LeBlanc 2022). *Reparenting* membutuhkan waktu yang tidak sedikit,

komitmen yang kuat, dan kesabaran yang luas. Perlu adanya kedisiplinan, kebahagiaan, regulasi emosi, dan kepedulian dalam menjalankan *reparenting* terhadap diri sendiri (Li 2023).

Selanjutnya saya baru akan membahas tentang pola asuh yang pasangan suami istri alami selama menikah. Joseph A Devito dalam bukunya *The Interpersonal Communication* yang telah diperbarui pada edisi keenam belas tahun 2022 menyebutkan beberapa pola komunikasi yang terjadi dalam hubungan suami istri, diantaranya adalah pola setara, pola pemisah seimbang, pola pemisah tidak seimbang, dan pola monopoli.

b. Pola Setara

Pola setara mungkin lebih umum dalam teori daripada dalam praktik, tetapi model ini merupakan titik awal yang baik untuk melihat komunikasi dalam hubungan interpersonal primer. Pola ini lebih sering terjadi pada pasangan homoseksual ketimbang heteroseksual. Beberapa ciri dari pola komunikasi setara adalah setiap orang berpartisipasi secara setara dalam peristiwa komunikasi, peran setiap orang adalah sama, setiap orang mendapat kredibilitas yang sama, masing-masing sama-sama terbuka terhadap gagasan, pendapat, dan keyakinan satu sama lain, setiap orang berpartisipasi kurang lebih sama dalam evaluasi diri, komunikasi terbuka, jujur, langsung, dan bebas dari permainan kekuasaan, ada lisensi timbal balik, hubungan setara, juga adil.

Menurut teori kesetaraan, kepuasan keluarga atau hubungan paling tinggi ketika ada keadilan adalah ketika masing-masing pasangan menerima bagian yang proporsional dari biaya dan penghargaan dari hubungan tersebut. Pola komunikasi kesetaraan bisa disebut sebagai salah satu bentuk relasi gender setara dalam keluarga. Dalam pola ini terdapat pembagian peran-peran satu sama lain dengan tidak saling tindih menindih, tidak ada kekerasan dalam rumah tangga, dan tiap individu memiliki kesempatan yang sama untuk memenuhi kebutuhan yang berbeda.

Salah satu pasangan yang memiliki pola komunikasi setara adalah Andi dan Maria. Mereka disebut memiliki pola komunikasi setara karena keduanya saling mencoba memahami satu sama lain. Mereka sama-sama bekerja, dan tinggal di rumah orang tua Maria. Ketika memiliki anak, Andi dan istrinya memutuskan untuk menyerahkan pengasuhan pada orang tua Maria. Meskipun demikian, keduanya tidak lepas tangan sepenuhnya kepada anaknya. Ketika pulang kerja, mereka selalu menyempatkan waktu untuk berkumpul bersama keluarga inti. Saat ada waktu senggang, mereka akan turut memberi pendidikan kepada anaknya. Sehingga anaknya tetap merasakan kasih sayang dan ayoman dari kedua orang tuanya.

Ketika ada masalah, Andi tidak pernah lepas dari tanggung jawabnya untuk tidak meninggalkan keluarga walau dalam keadaan seburuk apapun. Maria mengakui, bahwa Andi memiliki sifat yang keras kepala, tapi dia pun juga ia jarang marah-marah kepada istri maupun

anaknya ketika ada masalah. Mereka pun saling memahami untuk mengalah salah satu pihak ketika keadaan sedang panas atau bertengkar, dan mereka juga lebih banyak memilih untuk berdiskusi tiap ada masalah ketimbang harus bertengkar.

Komunikasi yang dijalin oleh Andi dan Maria juga bisa disebut sebagai gaya komunikasi asertif. Gaya komunikasi ini mengidentifikasi seseorang yang tidak mengabaikan kebutuhan dan perasaannya maupun pasangan pasangannya. Mereka menggunakan bahasa yang baik, menghormati batasan, dan memiliki kontrol diri yang baik terhadap pasangan. Orang dengan komunikasi asertif lebih terhubung dengan orang lain dan memiliki kendali yang baik atas hidup mereka.

Pola komunikasi setara yang dimiliki oleh pasangan Andi dan Maria memperlihatkan bahwa pengalaman masa kanak-kanak tidak melulu direproduksi dalam bentuk luka, namun juga bisa menjadi sumber pembentukan hubungan sehat. Pengalaman Andi yang diasuh oleh paman dan bibinya yang menekankan kemandirian tanpa adanya kekerasan, membentuk sudut pandang bahwa hubungan dibangun tidak atas control, tapi tanggung jawab dan kerja sama. Di lain sisi, Maria juga tumbuh dalam keluarga yang memberikannya ruang untuk mengeksplorasi diri, komunikasi yang suportif, disiplin tanpa kekerasan, sehingga ia lebih mampu merespons perbedaan secara terbuka dan berfokus pada Solusi.

Reproduksi inner child terlihat dari bagaimana Andi dan Maria membagi tanggung jawab domestik dan parenting secara fleksibel, tidak berat sebelah. Keputusan untuk melibatkan orang tua dalam pengasuhan turut membuktikan bahwa fungsi pengasuhan tidak sepenuhnya disandarkan pada Perempuan. Dalam perspektif psikologi feminis, penerapan yang demikian menunjukkan adanya negosiasi relasi gender yang lebih setara antar suami istri karena memiliki ruang partisipasi dan pengambilan keputusan relatif seimbang.

Dengan kata lain, pola komunikasi setara dalam pasangan ini dapat diinterpretasikan sebagai hasil dari reproduksi pengalaman relasi yang memberikan rasa aman, pengakuan, dan kesempatan untuk berkembang sedari masa kecil sehingga tidak mendorong kebutuhan mendominasi pasangan satu sama lain ketika memasuki kehidupan pernikahan.

c. Pola Pemisah Seimbang

Pola pemisah seimbang mencirikan sebuah hubungan yang mempertahankan kesetaraan, tetapi masing-masing orang memiliki kewenangan atas wilayah yang berbeda. Setiap orang dipandang sebagai ahli di berbagai bidang atau sebagai pembuat keputusan. Misalnya, dalam keluarga inti tradisional, suami memiliki kredibilitas yang tinggi dalam bisnis dan mungkin dalam politik. Istri mempertahankan kredibilitas yang tinggi dalam hal-hal seperti mengasuh

anak dan memasak. Peran gender ini dilanggar di banyak budaya tetapi terus mendefinisikan banyak keluarga di seluruh dunia. Konflik biasanya dianggap tidak mengancam dalam keluarga yang terbagi rata, karena masing-masing memiliki tugas tertentu. Sehingga hasil dari setiap konflik hampir dapat ditentukan sebelumnya.

Salah satu keluarga yang memiliki pola komunikasi pemisah seimbang adalah Dini dan Ari. Dalam kehidupan pernikahan, Ari sempat merasa kesal dan lelah dengan sikap istrinya. Terlebih ketika ia selalu menjawab setiap diberi nasihat. Sampai kemudian istrinya pernah menuntut untuk tidak melakukan pekerjaan apapun. Dini mengatakan bahwa pekerjaan rumah adalah kewajiban suami, bukan istri. Ari pun menyanggupi untuk mencari pembantu untuk istrinya, sehingga ia tidak perlu untuk melakukan apapun, dengan syarat Dini harus menurut padanya. Akhirnya Dini terdiam, dan tidak pernah membahasnya lagi. Kemudian ia sadar bahwa suaminya telah bekerja untuknya dari pagi sampai sore, sehingga ia turut berusaha dengan membersihkan rumah. Walaupun pekerjaan domestik banyak dilakukan oleh istri, Ari tetap turut membantu dan menggantikan pada saat-saat tertentu, apalagi ketika istrinya sedang lelah atau sakit.

Dini:

Rong tahun sing kedua, telung tahun sampe petang tahun kuwi wong e egone luweh dukur ketimbang nggonanku. Rumangsaku lo ya. Mungkin dek e ngeroso kesel nelateni aku dua tahun awal.

Terjemah: Dua tahun yang kedua, tiga sampai empat tahun itu ego orangnya (red. suami) lebih tinggi ketimbang aku, perasaanku loh ya. Mungkin dia merasa kesal bersabar padaku dua tahun awal.

Lain daripada itu, Ari sebagai tulang punggung keluarga tidak pernah menghadang ketika istrinya ingin mengembangkan diri di manapun. Ketika istrinya ingin kuliah, ia tidak melarangnya. Bahkan Ari bersedia untuk membiayai dan mengantar jemput istrinya ke kampus. Ketika istrinya ingin ikut kegiatan silat, Ari pun tidak melarangnya, dan memberikan ruang yang luas bagi Dini untuk terus produktif. Ketika ingin turut membantu Ari bekerja, Dini menyadari bahwa fisiknya tidak cukup kuat untuk pergi ke sawah di bawah terik sinar matahari. ia akan langsung pusing dan jatuh sakit. Hal ini kemudian didiskusikan bersama suaminya, bahwa ia akan ikut membantu jika musim penghujan tiba.

Kasus Ari dan Dini memperlihatkan bahwa pengalaman masa kecil bisa direproduksi dalam bentuk pola komunikasi yang menjaga stabilitas relasi melalui pembagian kewenangan yang disepakati bersama. Ari yang tumbuh dalam konflik dan perceraian keluarga membuatnya mengembangkan strategi untuk menjaga keutuhan rumah tangga dan menghindari segala bentuk konfrontasi, baik perselisihan, permasalahan, maupun hal-hal yang dapat menghancurkan. Ini

terlihat dari bagaimana Ari tidak mudah mempercayai opini orang luar terhadap istrinya, dan hati-hati dalam mengambil setiap Keputusan dalam rumah tangga.

Lain dari pada itu, Dini yang tumbuh dalam lingkungan pengasuhan penuh afeksi dan aman menunjukkan kecenderungan lebih terbuka dalam menyampaikan kebutuhan maupun keberatannya dalam rumah tangga. Saat ia mempertanyakan pembagian kerja domestik dan menyampaikan keberatannya secara langsung, kondisi yang terjadi tidak berubah menjadi ruang dominasi, namun ruang negosiasi peran antar Dini dan Ari.

Berdasarkan perspektif psikologi feminis, pola komunikasi pemisah seimbang pada pasangan ini menunjukkan bahwa peran domestik dan publik tidak secara langsung menunjukkan ketimpangan gender selama dalam prosesnya berlangsung melalui kesepakatan, pengungkapan kebutuhan masing-masing, tidak ada control yang membatasi salah satu pihak. Sehingga pengalaman masa kecil tidak hanya membentuk regulasi emosi individu, tapi juga memengaruhi cara pasangan mengartikan kerja sama dan otoritas dalam kehidupan suami istri.

Selain kisah Dini dan Ari, pola komunikasi pemisah seimbang juga terjadi pada pernikahan Sinta dan Rama. Dalam pernikahan mereka sendiri, baik Sinta maupun Rama tidak merasakan perubahan antara sebelum dan setelah menikah. Mereka merasa, ketika berpacaran tidak perlu menutupi apapun, hanya mengalir tanpa dibuat-buat. Pada kewajiban pekerjaan rumah tangga sendiri, Rama maupun Sinta selalu berbagi tugas.

Hal ini telah disampaikan oleh Sinta terlebih dahulu sebelum mereka menikah. Sinta tahu bahwa ketika berada di jurusan dan kampus yang sama, mereka telah belajar terkait teori kesetaraan gender. Sehingga tugas-tugas keseharian di rumah seharusnya adalah kewajiban suami, sedangkan istri hanya membantu saja. Rama pun mengakui, bahwa ia telah mendapatkan pelajaran gender dari orang tuanya sejak kecil. Pembagian pekerjaan rumah selalu diimplementasikan orang tuanya, seperti ketika ibunya mendapat tugas untuk menyetrika, ayahnya akan memasak, menyuci, dan belanja. Sehingga ketika sudah menikah, ia sadar bahwa sesibuk apapun ia di luar, ketika sedang senggang ataupun libur kerja ia akan menggantikan istrinya untuk mengurus pekerjaan rumah tangga dan mengasuh anak.

Pengalaman berpacaran selama lima tahun juga telah membuat Sinta lebih dapat mengerti karakter suaminya. Sinta memahami bahwa Rama adalah seseorang yang temperamental. Ia juga tahu apa yang harus dilakukan ketika mereka dalam keadaan panas atau sedang bertengkar. Sinta mengakui, jika terjadi masalah dalam rumah tangga, dia akan memilih untuk diam. Walaupun seringkali terpancing, ia akan mengalihkannya agar tidak membuat keadaan semakin runyam. Sinta akan membiarkannya selama satu jam atau dua jam, baru mengajak suaminya bicara dengan baik.

Nek misal cek cok kan sering, tapi kan nanti adem lagi. kayak misal misal aku ya, ke mas e ya tipikal emosional temperamental itu didiemin dulu. Didiemin dulu, terus. Soalnya percuma. Panas tambah panas. Hawanya tambah panas. Akhire meletus pus. Nang otakku panas, aku kan ra seneng. Ya emang, emang kepancing. Tapi koyok aku nyelimurke sendiri gitu loh. Kadang kan kayak gitu mbak, sampek ra betah. Aduh, Ya Allah! Emosi terus kan gak betah ya. Terus akhire aku meneng sek. Nanti dua jam, satu jam, nggak ada, kadang nggak ada. Engkok lek orang e keluar, balik biasa lagi udah, udah kayak gitu.

Terjemah: kalau misal bertengkar sering, tapi kan nanti dingin lagi. Misalnya mas (red. suami) kan tipikal emosional dan temperamental, itu didiamkan dulu. Soalnya percuma, tambah panas nanti malah meletus. Di otak panas, aku enggak suka. Ya memang terpancing, tapi aku seperti mengalihkan sendiri. kadang kan memang seperti itu, sampai enggak betah. Aduh, Ya Allah! Emosi terus kan enggak betuh. Terus aku diam dulu. Nanti satu sampai dua jam, kadang malah kurang dari itu, ketika orangnya keluar, ketika kembali sudah biasa lagi.

Rama juga turut mengakui bahwa jika keadaan demikian terjadi di antara mereka, salah satu di antara Rama ataupun Sinta akan tidur. Esoknya masalah tersebut akan selesai dan bisa normal kembali. Pengendalian yang diimplementasikan oleh mereka sendiri dilakukan untuk menghindari pertengkar di depan anak-anak, yang bisa memberikan dampak buruk padanya.

Pola komunikasi yang dibentuk oleh Rama dan Sinta menunjukkan bahwa pengalaman masa kanak-kanak tidak melulu direproduksi secara identic, tetapi dapat mengalami proses seleksi dan interpretasi melalui *reparenting*. Rama yang tumbuh dalam lingkungan pola asuh otoriter dan minim keterlibatan orang tua memperlihatkan kesadaran untuk tidak mengulangi pola yang sama dalam keluarganya sekarang. Hal ini terlihat dari usahanya dalam menyisihkan waktu untuk keluarga serta kontribusinya dalam pekerjaan domestik walaupun mempunyai kegiatan di ruang publik yang cukup padat.

Sinta sendiri tumbuh dalam pola asuh yang menerapkan kedisiplinan namun tidak diikuti dengan kekerasan fisik, sehingga ia dapat mengembangkan kemampuan manajemen emosi dan komunikasi yang lebih sistematis. Ungkapannya yang memilih diam sementara ketika konflik berlangsung bukan berarti menunjukkan ketidakberdayaan, tapi strategi reflektif untuk mencegah konflik semakin memanas.

Berdasarkan perspektif psikologi feminis, hubungan rama dan Sinta menunjukkan bahwa relasi gender dibangun melalui proses negosiasi yang berkelanjutan. Meskipun tugas tidak dibagi rata secara menyeluruh, namun tidak ada control dan pembatasan dalam kehidupan pasangan tersebut. Dengan begitu, pola komunikasi pemisah seimbang pada pasangan ini memperlihatkan bahwa pengalaman masa kecil tidak sepenuhnya harus direproduksi, namun bisa juga menjadi sumber pembelajaran untuk membangun relasi yang lebih efektif dan adaptif.

d. Pola Monopoli

Pada pola ini, salah satu pasangan dipandang sebagai penguasa. Tipe orang seperti ini akan lebih sering memberi ceramah ketimbang berkomunikasi dengan baik. Orang ini jarang meminta nasihat dari orang lain dan selalu merasa berhak membuat keputusan akhir. Orang yang dominan memberi tahu pasangannya apa yang baik dan apa yang tidak. Mereka lebih sering berbicara dan menyimpang dari topik daripada pasangan yang tidak dominan.

Hubungan pasangan ini jarang terjadi perdebatan, karena keduanya sudah tahu siapa bosnya dan siapa yang akan memenangkan argumen apa pun. Namun, ketika otoritas ditentang, perselisihan dan konflik sengit muncul. Salah satu alasan mengapa konflik begitu memanas adalah karena orang-orang ini tidak cukup terlatih dalam menyelesaikan konflik. Mereka tidak tahu bagaimana berdebat atau tidak setuju dengan nyaman, jadi strategi konflik mereka sering kali menyakiti orang lain.

Salah satu pasangan suami istri yang tengah mengalami pola komunikasi monopoli adalah Rahma dan Rudi. Mereka berdua merupakan pasangan yang sama-sama memiliki *inner child* terluka saat masa kecil. Di tengah membangun bahtera rumah tangga, Rahma seringkali merasakan ketidakadilan, terlebih pada masalah pekerjaan rumah tangga. Ia berpikir jika rumah adalah milik bersama, harusnya juga dirawat bersama. Bukan satu menjadi raja, dan yang lain menjadi pembantu. Namun yang terjadi adalah sebaliknya, Rudi tidak pernah mau memegang pekerjaan rumah, bahkan jika istrinya sakit sekalipun. Walaupun Rahma mengeluh lelah, Rudi akan memintanya untuk berhenti, tapi tidak membantu atau menggantikan pekerjaannya.

Hal ini terus terjadi hingga tahun pernikahan yang ketujuh. Rahma baru bisa sedikit merasakan perubahan dari suaminya. Ini terlihat dari sikapnya yang mulai lebih terbuka ketika Rahma meminta tolong kepadanya. Padahal dari pihak Rudi, ia merasa segala pekerjaan rumah tangga telah dilalui bersama-sama. Dalam hal pekerjaan, yakni berdagang, ia lebih banyak berkontribusi ketimbang istrinya. Begitupun juga pekerjaan-pekerjaan lain seperti suatu keadaan yang mana istrinya sedang sibuk dan tidak bisa memandikan anak-anaknya. Di sini, rudi sadar dan turut menggantikan istrinya untuk memandikan anaknya.

Di sisi lain, Rudi tidak pernah mengekang, bahkan terus mendorong istrinya untuk turut aktif dalam kegiatan desa. Rahma pun mengakui demikian. Keinginannya menjadi istri yang benar-benar sebagai makmum dipatahkan dengan suami yang selalu menyuruh jamaah ke musala depan rumah, padahal Rudi jarang melaksanakannya. Begitupun juga ketika terdapat pengajian-pengajian yang diikuti oleh ibu-ibu, Rahma selalu disuruh oleh suaminya untuk turut serta, agar kenal dan dikenal.

Ketika ada masalah antara Rahma dan Rudi, mereka akan cenderung bertengkar dengan agresif. Rahma mengakui, ketika mereka sedang cek cok, Rudi akan memukulinya dengan barang-barang yang ada di sekitarnya, sampai bagian tubuhnya memar. Rahma sampai berpikir, apakah jika yang berada di samping suaminya adalah pisau, ia akan dibunuh olehnya. Padahal Rahma selalu menjelaskan pada suaminya untuk tidak melakukan kekerasan, terlebih ketika mereka bertengkar, ada anak-anak di sekitarnya. Rahma tidak ingin Rudi dipandang buruk oleh anak-anaknya. Ia sangat membebaskan Rudi untuk mengekspresikan emosinya, tapi tidak untuk melakukan kekerasan fisik.

Rudi pun sadar bahwa yang dilakukannya adalah salah. Ia melakukan kekerasan fisik bermula dari ketidaksanggupannya untuk menuruti keinginan sang istri ketika ia sedang sakit dan pulang ke kampung halaman. Kala itu Rudi harus mencari uang untuk istrinya berobat. Ia kesal dengan sikap istrinya yang semaunya sendiri menuntut kehadirannya, tapi tidak sadar bahwa suaminya sedang dalam keadaan yang terhimpit dan malu jika harus terus merepotkan mertua. Ia jenuh, dan akhirnya melakukan kekerasan fisik. Ia mengerti dan menerima jika harus disalahkan karena hal yang ia perbuat. Ia pun menyesal karena pernah melakukan kekerasan fisik kepada istri dan tidak bisa memberikan apa yang ia butuhkan ketika sakit kala itu. Hal itupun akhirnya menjadi permasalahan yang tidak selesai, kadang terbawa ketika sedang bertengkar, hingga sekarang.

Saat itu pas wayahe loro kae. Pas jenuh. Saat itu jenuh banget aku. Jenuh e keadaannya ndek sini iku, wes loro, sampe njaluk ngulon. Ndk kulon sampe telung wulan. Aku kan bingung. Maksud e bingung iki ngene, aku nang kono iku nunut, nggak megawe. Sampek aku muleh dodolan, ndang digowo rono. Sampek ping loro aku. Selama tiga bulan nang kono iku muleh dodolan nang nggone ibuk. Iku awal kali. Di saat itu, permasalahannya memang seperti itu. Muleh megawe kan terus ditelpon, “Muleh kok gak ndang teko-teko...” Leh ndisek aku menyalahkan. Aku iki muleh nggolek duwek dingge samean sangu nang kono. Mangkel banget. Di saat itu mangkel banget. Tapi lek saiki yo wes nggak. Yo maklum, di saat iku bojoku lagi loro. Tapi sampek saiki disalahno yo trimo-trimo ae, karena main tangan kan. Terus arep dipiyekne

Terjemah: Saat itu waktu dia sakit. Aku jenuh banget. Jenuh dengan keadaan dia sakit dan minta pulang kampung. Di sana sampai tiga bulan. Aku kan bingung. Maksudnya bingung ini aku di sana hanya ikut saja, tidak bekerja. Sampai aku pulang bekerja, (barang) kubawa ke sana. Sampai dua kali aku. Selama tiga bulan di sana pulang jualan di tempatnya ibu. Itu awal kali permasalahan terjadi. Pulang kerja ditelpon terus, “Kok enggak pulang-pulang...” kalau dulu aku menyalahkan. Aku ini pulang cari uang untuk uang saku kamu di sana. Jengkel banget. Di saat itu jengkel banget. Tapi kalau sekarang ya udah enggak. Maklum di saat itu istriku sedang sakit. Tapi sampai sekarang disalahkan ya terima saja, karena main fisik, kan. Terus mau gimana.

Kini Rudi tidak lagi memukulkan barang-barang kepada istrinya, melainkan membanting sesuatu hingga rusak. Terkadang ia masih menampar istrinya, atau bahkan membahas perihal perceraian. Rahma berpikir, barangkali hal tersebut terjadi karena dia selalu menjawab ketika suaminya berbicara, sehingga keadaan berlanjut makin panas. Ia pun sadar, jika ia tidak menyahuti suaminya berbicara, suaminya tidak akan membanting apapun.

Akhirnya Rahma mencoba belajar untuk berdamai dengan dirinya sendiri. Ia mengalami proses yang panjang hingga pada suatu titik bisa mengalah dan memilih diam ketika suaminya sedang berbicara. Dulu ketika suaminya berbicara, ia bisa ngambek, menangis, tremor, bahkan telinganya berbunyi “nging”. Namun sekarang Rahma mencoba untuk lebih membiarkan suaminya berbicara sampai selesai, dan mendingkannya. Jika nanti dia meminta maaf terlebih dahulu, maka permasalahan berakhir dengan Rudi minta maaf. Andaikan tidak demikian, maka Rudi harus menunggu selama 24 jam, baru istrinya meminta maaf. Selain kekerasan fisik yang dilakukan oleh Rudi, permasalahan mereka juga terjadi dilatarbelakangi oleh kecemburuan buta oleh Rahma kepada suaminya. Kecemburuan ini tidak beralasan dan tidak memiliki bukti apapun, tapi telah berhasil membuat Rudi berubah menjadi sosok yang takut untuk berinteraksi dengan perempuan luar keluarganya, bahkan pegawainya sendiri. Ia memberikan contoh kecemburuan istrinya yang paling sering terjadi adalah ketika Rudi tidak kunjung pulang saat pergi ke stand tempat mereka berjualan.

Tiap pagi Rudi selalu pergi ke stand untuk memberikan barang dagangan untuk dijual pegawainya, setelah itu dia akan pulang lagi. Namun jika ia terlihat lebih terlambat dari biasanya, istrinya akan mulai menaruh kecurigaan. Hal ini terus berlanjut, dan membuat Rudi memilih tidak berkomunikasi dengan pegawai perempuannya, dan menyerahkan masalah kepegawaian kepada istrinya.

Kasus Rahma dan Rudi memperlihatkan bahwa pola komunikasi monopoli tidak timbul sebagai kejadian yang berdiri sendiri, sebaliknya merupakan reproduksi dari pengalaman pada masa kanak-kanak yang belum diproses sepenuhnya. Pengalaman masa kecil Rahma yang menyaksikan perselingkuhan ibu dan kekerasan oleh ayah membentuk rasa takut ditinggalkan dan tendensi untuk mempertahankan hubungan walaupun keadaannya menyakitkan. Hal ini terlihat saat Rahma mengatakan bahwa ia memilih diam supaya pertikaian dalam rumah tangga tidak semakin besar. Strategi tersebut memperlihatkan adanya usaha dalam menjaga stabilitas hubungan, juga memperlihatkan kondisi negosiasi yang tidak sepenuhnya setara.

Di lain sisi, Rudi dibesarkan dengan pola asuh otoriter melalui disiplin keras dan kekerasan fisik. Hal ini membentuk cara Rudi mengekspresikan emosi saat menghadapi tekanan. Rudi sempat mengungkapkan “*Tapi sampek saiki disalahno yo trimo-trimo ae, karena*

main tangan kan. Terus arep dipiyekne. (Tapi sampai sekarang disalahkan ya terima saja, karena main fisik, kan. Terus mau gimana)”. Pengakuan ini memperlihatkan bahwa kekerasan tidak dipahami sebagai dominasi yang sengaja, namun respon emosional yang dipelajari dan direproduksi dari pengalaman pada masa kanak-kanak. Berdasarkan perspektif psikologi feminis, reproduksi *inner child* tidak menjadi satu-satunya faktor yang menyebabkan terjadinya kekerasan dalam rumah tangga. Lebih dari itu, kekerasan fisik merupakan manifestasi relasi kuasa yang timpang, dari rasa superioritas yang dimiliki oleh Rudi, dan inferioritas dari Rahma. Pengalaman tersebut turut berhubungan dengan cara Rudi dalam memaknai otoritas, manajemen emosi, menempatkan diri dalam relasi gender, yang akhirnya bisa direproduksi dalam komunikasi pasangan.

4. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa pola komunikasi dalam hubungan suami istri tidak dapat dilepaskan dari pengalaman pada masa kanak-kanak yang membentuk cara individu memahami kedekatan, konflik, dan ekspresi emosi. Temuan mengindikasikan adanya reproduksi pola relasional awal ke dalam hubungan pernikahan, terutama dalam bentuk ketimpangan emosional, strategi komunikasi yang defensif, serta kecenderungan penghindaran atau dominasi dalam interaksi pasangan. Dalam perspektif psikologi feminis, dinamika tersebut tidak semata-mata bersifat individual, melainkan berkaitan dengan konstruksi gender yang telah terinternalisasi sejak dini melalui relasi pengasuhan. Konsep *reparenting inner child* dalam penelitian ini berfungsi sebagai kerangka untuk memahami bagaimana pasangan berupaya menegosiasikan ulang pola hubungan tersebut di usia dewasa, meskipun prosesnya tidak selalu berlangsung secara setara. Dengan demikian, studi ini memperkaya kajian relasi gender dalam konteks pernikahan dengan menekankan pentingnya dimensi psikodinamik dan pengalaman masa kanak-kanak sebagai bagian dari analisis relasi kuasa dan komunikasi pasangan suami istri. Selain itu, temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis bahwa pembangunan relasi pernikahan yang lebih sehat memerlukan kesadaran diri pasangan terhadap pengalaman relasional masa lalu yang masih memengaruhi pola interaksi saat ini.

Kesadaran tersebut perlu diikuti dengan pengembangan komunikasi yang reflektif, terbuka, dan tidak reproduktif terhadap pola relasi yang tidak setara. Dalam konteks pendampingan keluarga, konseling keluarga maupun konseling pasangan dengan pendekatan yang sensitif terhadap pengalaman masa kanak-kanak dan dinamika gender dapat menjadi ruang untuk membantu pasangan membangun pola komunikasi yang lebih adaptif, setara, dan mendukung kesejahteraan relasional.

Daftar Pustaka

- Aulia, Luthfia Ramadhina, and dkk. 2023. "Fenomenologi Pola Komunikasi Interpersonal Pada Pasangan Menikah (Studi Love Language Dalam Usia Pernikahan 0-5 Tahun)." *Jurnal Ikraith-Humaniora*, 2, vol. 7. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/issue/archive>.
- Chodorow, Nancy. 1978. *The Reproduction of Mothering*. University of California Press.
- Devito, Joseph A. 2023. *The Interpersonal Communication Book*. 16th ed. Pearson.
- Enns, Carolyne Zerbe. 2017. *Feminist Theories and Feminist Psychotherapies: Origins, Themes, and Diversity*. 4th. Routledge.
- Gottman, J., and N. Silver. 2015. *The Seven Principles for Making Marriage Work*. Harmony Books.
- Hardani, and dkk. 2020. *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Penerbit Pustaka Ilmu.
- Katarina, Maria. 2021. "Inner Child, Apa Dan Bagaimana Berdamai Dengannya." *Ultimagz*, February 4. <https://ultimagz.com/lifestyle/inner-child-apa-dan-bagaimana-berdamai-dengannya/>.
- LeBlanc, Monica. 2022. "The Power of Your Inner Child and the Process of Reparenting." *Chopra*. <https://chopra.com/articles/the-power-of-your-inner-child-and-the-process-of-reparenting#:~:text=Reparenting%20is%20when%20we%20come,repairing%20the%20hurts%20they%20express>.
- Lerner, Rokelle. 1990. *Affirmations for the Inner Child*. Health Communication Inc.
- Li, Pamela. 2023. "What Is Authoritative Parenting? (Examples and Comparisons)." *Parenting for Brain*. <https://www.parentingforbrain.com/authoritative-parenting/>.
- Luthfi, Mohammad. 2017. "Komunikasi Interpersonal Suami Dan Istri Dalam Mencegah Perceraian Di Ponorogo." *Ettisal: Journal of Communication*, 1, vol. 2: 51–63.
- Margaret Paul. 1992. *Inner Bonding: Becoming a Loving Adult to Your Inner Child*. HarperSan Francisco.
- Miles, M. B., A. M. Huberman, and J. Saldaña. 2014. *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. (3rd Ed.). Sage Publications.
- Nugrahani, Farida. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif: Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*. Surakarta.
- Tongco, Ma. Dolores C. Tongco. 2007. "Purposive Sampling as A Tool for Informant Selection." *Ethnobotany Research & Applications* 5. <https://scholarspace.manoa.hawaii.edu/handle/10125/227>.
- Widyastuti, Tri. 2017. "Pengaruh Komunikasi Asertif Terhadap Pengelolaan Konflik." *Widya Cipta* 9. <https://repository.bsi.ac.id/index.php/unduh/item/228904/Jurnal-widyacipta.pdf>.
- Worell, Judith, and Norine G. Johnson. 1997. *Shaping the Future of Feminist Psychology: Education, Research, and Practice*. American Psychological Association.