

Dampak *Silent Treatment* terhadap *Friendship Quality* pada Santriwati Pesantren

Puteri Ayu Hadayullah¹, Syahrul Alim², Tarmizi Thalib³

Universitas Bosowa^{1,2}

Asosiasi Psikologi Islam (API) Sulawesi Selatan³

Corresponding email: puteriayuhadayullah12@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History

Submission: 17-10-2025

Review: 08-11-2025

Revised: 22-11-2025

Accepted: 27-11-2025

Published: 09-01-2026

Kata kunci

Silent Treatment

Friendship Quality

Santriwati

ABSTRAK

Santriwati yang tinggal di pesantren lebih banyak berinteraksi dengan teman sebaya daripada keluarga, dalam lingkungan sosial yang memiliki hierarki, aturan komunikasi perempuan, dan budaya diam sebagai bentuk kesopanan. Hal ini membuat *friendship quality* menjadi aspek penting, sementara perilaku *silent treatment* bisa dianggap wajar secara sosial meski berdampak negatif pada hubungan. Dalam konteks pesantren, *silent treatment* dipahami sebagai pengabaian atau sengaja tidak merespons teman untuk menyampaikan ketidaknyamanan atau ketidaksetujuan. Penelitian ini meneliti pengaruh *silent treatment* terhadap *friendship quality* dengan pendekatan kuantitatif korelasional. Sebanyak 398 santriwati dipilih melalui *purposive sampling*. Instrumen penelitian meliputi *McGill Friendship Questionnaire–Friend’s Function* dan skala *Silent Treatment* yang dikembangkan berdasarkan dimensi *ostracism*. Hasil regresi linear sederhana menunjukkan hubungan negatif signifikan antara *silent treatment* dan *friendship quality* ($B = -0.854$, $\beta = -0.718$, $t = -20.550$, $p < 0.001$, 95% CI [-0.937, -0.771]), dengan R^2 sebesar 0.516. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin sering *silent treatment* terjadi, *friendship quality* yang dirasakan semakin rendah, meskipun faktor lain masih turut memengaruhi. Karena desain penelitian bersifat korelasional, hasil hanya menunjukkan hubungan, bukan hubungan sebab-akibat.

Pendahuluan

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang krusial, ditandai dengan pencarian jati diri dan pembentukan identitas. Dalam konteks pendidikan, pesantren menjadi pilihan bagi banyak orang tua di Indonesia yang menginginkan pendidikan agama yang mendalam bagi anak-anak mereka (Wardoyo dkk., 2023). Di lingkungan pesantren, interaksi sosial dengan teman sebaya menjadi sangat penting bagi kesejahteraan psikologis santriwati, mengingat minimnya interaksi dengan keluarga (Samara dkk., 2020). *Friendship quality*

merupakan proses bagaimana fungsi pertemanan seharusnya berjalan, di mana pengakuan diri, rasa aman emosional, dan dukungan sosial dapat terpenuhi. Pertemanan yang positif mencakup beberapa aspek seperti *stimulating companionship*, *help*, *intimacy*, *reliable alliance*, dan *self-validation* (Mendelson & Aboud, 1999). Dengan terpenuhinya aspek-aspek tersebut, *friendship quality* dapat berkembang ke arah yang lebih positif.

Relasi pertemanan yang baik sangat penting bagi remaja. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2017, sekitar 62% remaja perempuan dan 51% remaja laki-laki lebih nyaman menceritakan perasaan atau masalah mereka kepada teman sebaya daripada kepada orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa teman sebaya memiliki peran penting sebagai tempat berbagi cerita, mencari informasi, dan berdiskusi mengenai perjalanan hidup mereka.

Namun, dinamika pertemanan di pesantren tidak selalu ideal. Hasil wawancara awal dengan beberapa santriwati menunjukkan adanya permasalahan dalam *friendship quality*, seperti perasaan tidak nyaman, kurangnya dukungan, dan kesulitan untuk terbuka dengan teman. *Friendship quality* yang rendah dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya harga diri yang rendah. Ketika santriwati memiliki harga diri rendah, mereka cenderung menarik diri dari lingkungan sosial sehingga berisiko mengalami kecemasan dan depresi (Simpson, 2017).

Selain itu, komunikasi yang kurang efektif juga dapat menurunkan *friendship quality*. Salah satu bentuk komunikasi yang menarik perhatian adalah *silent treatment*, yaitu tindakan mengabaikan atau mendiamkan orang lain sebagai respons terhadap konflik atau ketidaksetujuan. *Silent treatment* merupakan bentuk perilaku menarik diri yang dilakukan individu untuk mengekspresikan perasaan marah, kecewa, atau sedih (Williams, 2001). Fenomena ini juga ditemukan di lingkungan pesantren, ketika santriwati memilih mendiamkan temannya karena merasa tidak dimengerti atau kecewa terhadap hubungan pertemanan mereka. Sejalan dengan penelitian Agrawal dan Prakash (2022), *silent treatment* sering digunakan sebagai bentuk ekspresi emosi negatif terhadap orang terdekat.

Lebih jauh, *silent treatment* tidak hanya menjadi bentuk ekspresi kekecewaan, tetapi juga dapat digunakan sebagai cara untuk membalas dendam. Reynolds dan Repetti (2010) menemukan bahwa 84% remaja perempuan usia 14–16 tahun menganggap *silent treatment* sebagai perilaku yang bermotif balas dendam. Artinya, perilaku ini dapat bermakna ganda sebagai ungkapan marah sekaligus sebagai bentuk kontrol sosial terhadap orang lain.

Meski demikian, kajian empiris mengenai *silent treatment* dalam konteks remaja Indonesia, khususnya di lingkungan pesantren, masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada konteks umum atau hubungan romantis (Putri & Ariana, 2022), sehingga belum banyak membahas pengaruhnya terhadap *friendship quality* di lingkungan religius yang menekankan interaksi sosial intens antar remaja. Kondisi ini menunjukkan adanya *gap riset*, yakni minimnya bukti empiris mengenai bagaimana *silent treatment* memengaruhi *friendship quality* di lingkungan pesantren.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *silent treatment* terhadap *friendship quality* pada santriwati pesantren. Kajian teoritis mengenai *silent treatment* dan *friendship quality* menjadi dasar untuk memahami fenomena ini. *Friendship quality* diukur melalui dimensi *stimulating companionship*, *help*, *intimacy*, *reliable alliance*, *self-validation*, dan *emotional security* (Mendelson & Aboud, 1999). Sementara itu, *silent treatment* diukur melalui dimensi *visibility*, *quantity*, *motive*, dan *causal clarity* (Williams, 2001).

Dari sisi instrumen, penelitian ini menggunakan *McGill Friendship Questionnaire–Friend’s Function (MFQ–FF)* yang awalnya dikembangkan di konteks Barat. Namun, instrumen ini tetap relevan digunakan dalam konteks pesantren dengan mempertimbangkan adaptasi konseptual lintas budaya. Dimensi seperti *help* dan *reliable alliance* dapat dimaknai dalam konteks gotong royong dan solidaritas santri, sedangkan *self-validation* dapat diartikan sebagai penerimaan diri melalui penghargaan dari teman sebaya yang memiliki nilai dan keimanan serupa. Adaptasi ini memastikan bahwa pengukuran *friendship quality* tetap akurat dan kontekstual sesuai nilai sosial-religius di pesantren.

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *silent treatment* terhadap *friendship quality* pada santriwati di pesantren. Hasilnya diharapkan memperkaya kajian *ostracism* dalam perspektif budaya religius serta menjadi dasar pembinaan sosial-emosional oleh ustadzah dan pembina agar santriwati dapat membangun pertemanan yang lebih sehat.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional potong lintang (*cross-sectional*) untuk menguji pengaruh *silent treatment* terhadap *friendship quality* pada santriwati. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*. Responden penelitian adalah santriwati Madrasah Aliyah (MA) berusia 14–18 tahun, dengan total 398 partisipan yang memenuhi kriteria penelitian. Penelitian ini memperoleh izin dari pimpinan pondok pesantren sebagai bentuk persetujuan etik institusional. Sebelum penyebaran kuesioner, peneliti meminta izin dan mengikuti arahan pihak pesantren. Partisipasi santriwati bersifat sukarela setelah mendapat penjelasan tentang tujuan penelitian, serta dijamin kerahasiaan dan penggunaan data hanya untuk kepentingan akademik.

Instrumen penelitian terdiri atas dua skala, yaitu *McGill Friendship Questionnaire–Friend’s Function (MFQ–FF)* dan skala *Silent Treatment*. Uji validitas konstruk dilakukan menggunakan *Confirmatory Factor Analysis (CFA)* melalui aplikasi JASP versi 0.18 dengan kriteria model fit *Comparative Fit Index (CFI)* > 0.90, *Tucker-Lewis Index (TLI)* > 0.90, dan *Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)* < 0.05. Hasil CFA menunjukkan bahwa kedua skala memenuhi kriteria model fit pada alat ukur *McGill Friendship Questionnaire–Friend’s Function (MFQ–FF)*: CFI = 0.974, TLI = 0.972, RMSEA = 0.025, Untuk alat ukur *Silent Treatment*: CFI = 0.947, TLI = 0.942, RMSEA = 0.031). Reliabilitas diukur menggunakan koefisien Cronbach’s Alpha melalui SPSS versi 25, dengan nilai $\alpha =$

0.941 untuk skala *Friendship Quality* dan $\alpha = 0.907$ untuk skala *Silent Treatment*, sehingga kedua instrumen dinyatakan valid dan reliabel.

Hasil

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
<i>Friendship Quality</i>	398	62	135	96.29	20.98
<i>Silent Treatment</i>	398	41	109	77.66	17.64

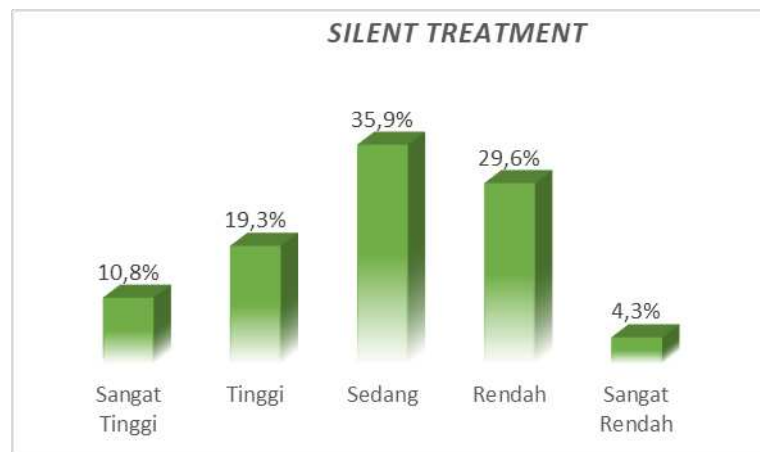
Berdasarkan Tabel 1, jumlah responden sebanyak 398 santriwati. Pada variabel *friendship quality*, skor minimum sebesar 62 dan maksimum sebesar 135, dengan nilai mean 96,29 dan standar deviasi 20,98. Sedangkan variabel *silent treatment* memiliki nilai minimum 41 dan maksimum 109, dengan mean 77,66 dan standar deviasi 17,64. Data ini menunjukkan tingkat keragaman skor yang cukup tinggi di kedua variabel.

Penentuan kategorisasi dalam penelitian ini menggunakan pendekatan normatif berdasarkan nilai rata-rata (mean) dan standar deviasi (SD) sesuai dengan panduan dari Sugiyono (2019). Pendekatan ini umum digunakan dalam penelitian kuantitatif untuk mengelompokkan tingkat variabel secara objektif, sehingga dapat menggambarkan persebaran data responden dengan lebih akurat. Berdasarkan metode ini, setiap variabel dibagi menjadi lima kategori, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi, dengan batasan nilai yang dihitung dari selang mean dan standar deviasi.



Gambar 1. Kategorisasi *friendship quality*

Hasil kategorisasi berdasarkan tingkat skor variabel *friendship quality* menunjukkan jika terdapat 44 (11.1%) responden berada pada kategorisasi sangat tinggi, 77 (19.3%) responden berada pada kategorisasi tinggi, pada kategorisasi sedang terdapat 128 (32.2%) responden, terdapat 143 (35.9%) responden berada pada kategorisasi rendah, dan 6 (1.5%) responden terdapat kategorisasi sangat rendah. Mayoritas responden berada pada kategori rendah, menandakan *friendship quality* santriwati cenderung kurang optimal.

Gambar 2. Kategorisasi *Silent Treatment*

Hasil kategorisasi berdasarkan tingkat skor variabel *silent treatment* menunjukkan jika terdapat 17 (4,3%) responden berada pada kategorisasi sangat tinggi, 118 (29,6) responden berada pada kategorisasi tinggi, pada kategorisasi sedang terdapat 143 (35,9%) responden, terdapat 77 (19,3%) responden berada pada kategorisasi rendah, dan 43 (10,8%) responden terdapat kategorisasi sangat rendah. Sebagian besar responden berada pada kategori sedang, menunjukkan perilaku *silent treatment* masih cukup sering terjadi.

Selanjutnya, data penelitian diuji asumsi untuk menilai normalitas dan linearitas. Uji normalitas data menggunakan analisis skewness dan kurtosis, yang menunjukkan bahwa data terdistribusi normal, berkisar antara -2 hingga +2. Sementara itu, uji linearitas untuk kedua variabel menunjukkan hubungan linear. Dengan demikian, data penelitian memenuhi persyaratan uji asumsi. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan regresi sederhana.

Tabel 2. Hasil Uji Analisis Hipotesis

	R	R ²	Adjusted R ²	Std.Error	Sig.
<i>Silent Treatment</i> *	0.718	0.516	0.515	14.643	0.000
<i>Friendship Quality</i>					

Berdasarkan hasil uji regresi sederhana, diperoleh nilai korelasi (R) sebesar 0,718 dan nilai koefisien determinasi (R²) sebesar 0,516. Nilai Adjusted R² = 0,515 dengan Std. Error of the Estimate = 14,643, yang menunjukkan bahwa model regresi dapat memprediksi 51,6% variasi pada variabel *friendship quality*. Nilai signifikansi sebesar 0,000 (<0,05) menunjukkan bahwa *silent treatment* berpengaruh signifikan terhadap *friendship quality*. Koefisien regresi bernilai negatif, yang berarti semakin tinggi *silent treatment*, semakin rendah *friendship quality* santriwati. Dengan demikian, hipotesis (H₁) yang menyatakan adanya pengaruh *silent treatment* terhadap *friendship quality* dinyatakan diterima.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *silent treatment* terhadap *friendship quality* santriwati. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan nilai sig. sebesar 0,000 (<0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa *silent treatment* berpengaruh signifikan terhadap *friendship quality*. Nilai R Square sebesar 0,516 menggambarkan bahwa 51,6% variasi *friendship quality* dipengaruhi oleh *silent treatment*. sedangkan 48,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti harga diri, regulasi emosi, komunikasi interpersonal, serta dukungan ustad dan ustadzah. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat *silent treatment*, semakin rendah *friendship quality* santriwati, begitu pula sebaliknya.

Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku mengabaikan teman sebagai respons terhadap konflik bukanlah cara penyelesaian yang adaptif. Kecenderungan santriwati melakukan *silent treatment* dipengaruhi oleh faktor usia, di mana sebagian besar berada pada masa remaja pertengahan yang masih dalam proses pencarian jati diri dan pembentukan identitas sosial. Tahap ini ditandai oleh krisis *identity versus role confusion* yang membuat hubungan pertemanan remaja cenderung belum stabil, mudah berubah, dan rentan terhadap konflik (Santrock 2012). Karena kemampuan mengelola emosi dan komunikasi sosial belum matang, santriwati sering memilih diam atau menarik diri sebagai bentuk perlindungan diri saat menghadapi masalah. Hal ini sejalan dengan pendapat Williams (2001) yang menyatakan bahwa *silent treatment* merupakan bentuk ostracism yang dapat mengancam kebutuhan dasar manusia akan penerimaan sosial dan rasa memiliki (sense of belonging).

Selain itu, faktor *self-esteem* juga memiliki peranan penting dalam *friendship quality*. Santriwati dengan harga diri rendah sering kali merasa tidak berharga, tidak percaya diri, atau bahkan merasa tidak pantas menjalin pertemanan, sehingga lebih memilih menarik diri dari lingkungannya. Penelitian Li dkk. (2019) mendukung hal ini dengan menyatakan bahwa individu dengan *self-esteem* rendah lebih rentan merasa terancam ketika diabaikan, sehingga mereka mengalami umpan balik negatif yang berdampak pada harga diri. Hal ini membuat sebagian santriwati merasa tidak diterima dalam kelompok pertemanan atau justru menghindar karena takut penolakan di kemudian hari.

Penelitian Williams (2001) juga menunjukkan bahwa *silent treatment* dapat mengancam kebutuhan dasar manusia, seperti kebutuhan akan hubungan sosial dan pengakuan diri. Bila kebutuhan ini tidak terpenuhi, maka dapat muncul masalah penyesuaian psikologis. Hasil penelitian ini menemukan bahwa *friendship quality* santriwati berada dalam kategori rendah, sementara *silent treatment* berada pada kategori sedang, yang berarti berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis maupun kualitas hubungan sosial mereka.

Berdasarkan temuan tersebut, penting bagi santriwati untuk meningkatkan *friendship quality* sekaligus mengurangi kebiasaan *silent treatment*. Hal ini dapat diwujudkan dengan membangun lingkungan yang lebih suportif, menciptakan budaya saling menghargai dan menerima perbedaan, serta menyelenggarakan kegiatan kelompok atau program mentoring yang dapat melatih keterampilan sosial dan emosional. Dengan

demikian, diharapkan *friendship quality* antar santriwati dapat berkembang lebih sehat dan konstruktif.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa *silent treatment* berpengaruh signifikan terhadap *friendship quality* santriwati, yang terkait dengan tahap perkembangan remaja dan tingkat *self-esteem*. Temuan ini memperkaya teori *ostracism* dengan menegaskan bahwa pengabaian di lingkungan pesantren yang menggabungkan nilai-nilai religius dan kehidupan komunal yang intens dapat muncul secara normatif, namun tetap berdampak negatif pada hubungan sosial. Secara praktis, hasil penelitian menekankan pentingnya peran ustad dan ustadzah serta pembinaan mereka dalam menciptakan lingkungan sosial yang suportif. Upaya ini dapat dilakukan melalui pembimbingan, penguatan komunikasi interpersonal, dan pengelolaan konflik antar santriwati dengan lebih baik. Saran penelitian selanjutnya mencakup intervensi komunikasi non-kekerasan, pelatihan regulasi emosi, dan studi longitudinal untuk memahami dampak jangka panjang *silent treatment* terhadap *friendship quality*.

Referensi

- Amalia, I., Asbari, M., Winata, D. B. P., & Rohanah, S. (2023). Bahaya Perawatan Senyap . *Jurnal Pendidikan Transformatif Bahasa Indonesia*:1(1),85–89.
- Agrawal, S., & Prakash, N. (2022). When silence speaks exploring reasons of silent treatment from perspective of source. *International Journal of Trend in Scientific Research and Development*, 6(3), 1458-1468.
- Dalimunthe,A.Q., Lingga,N.N., Koto,T.I & Ananda,D (2024). Toxic Frindship Communication Behavior (Studi: Mahasiswa BPI Universitas Islam Negeri Sumatera Utara) : *Community Development Journal*, Vol.5(1),1826-1831.
- Hasna, S. N. (2025). Silent Treatment Sebagai Bentuk Ekspresi Emosi Marah. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(01), 123–129.
- Li, S., Zhao, F., and Yu, G. (2019). Ostracism and aggression among adolescents: implicit theories of personality moderated the mediating effect of self-esteem. *Child Youth Serv. Rev.* 100, 105–111.
- Mendelson, M. J., & Aboud, F. E. (1999). Measuring friendship quality in late adolescents and young adults: McGill Friendship Questionnaires. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue Canadienne Des Sciences Du Comportement*, 31(2), 130–132.
- Putri, C. N., & Ariana, A. D. (2022). Kecemasan Diri Dewasa Awal yang Menjalani Hubungan Romantis saat Mendapat Perilaku Silent Treatment. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 163–171.

- Reynolds.M.B., & Repetti, L.R. (2010) Persepsi remaja Perempuan tentang fungsi-fungsi hubungan perilaku agresif. *Journal Psychology in the Schools*, Vol. 47(3).
- Samara, M., El Asam, A., Khadaroo, A., & Hammuda, S. (2020). Examining the psychological well-being of refugee children and the role of friendship and bullying. *British Journal of Educational Psychology*, 90(2), 301-329.
- Santrock, JW (2012). *Perkembangan masa hidup: Perkembangan masa hidup* (Edisi 13) Jakarta: Erlangga.
- Simpson, JA, & Rholes, WS (2017). Keterikatan orang dewasa, stres, dan hubungan romantis. *Opini Terkini dalam Psikologi*, 13, 19–24
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Wardoyo, Iswandi, I., & Kartini. (2023). Animo Orang Tua Menyekolahkan Anak Di Madrasah Ibtidaiyah Nahdlotul Rijal Kroya Indramayu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Waradin*, 02(1), 35–49.
- Williams, K. D. (2001). *Ostracism: The power of silence*. Guilford Press.
- Williams, K. D., Shore, W. J., & Grahe, J. E. (1998). *The Silent Treatment: Perceptions of Its Behaviors and Associated Feelings*. 1(2), 117–141.