

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT
KOMUNIKASI SUAMI ISTRI UNTUK MENCEGAH DAN MENGATASI KONFLIK



Disusun Oleh :
NAMA : Zahro Varisna Rohmadani, S.Psi, M.Psi, Psi
NIP/NIDN : 8903021607362 / 0502038901

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI, ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS 'AISYIAH YOGYAKARTA
2025

HALAMAN PENGESAHAN

“Komunikasi Suami Istri untuk Mencegah dan Mengatasi Konflik”

- Mitra Program : KUA Kapanewon Sedayu
1. Ketua Pelaksana
 - a. Nama : Zahro Varisna Rohmadani, S.Psi, M.Psi, Psi
 - b. NIP/NIDN : 0502038901/8903021607362
 - c. Jabatan Fungsional : Lektor
 - d. Prodi/ Fakultas : S1 Psikologi / FEISHum
 - e. Perguruan Tinggi : Universitas Aisyiyah Yogyakarta
 - f. Bidang Keahlian : Psikologi
 - g. Alamat Rumah : Perum Griya Palem Indah no. A1, Nogosari, Sidokarto, Godean, Sleman
 - h. No Hp : 0895-3838-48541
 2. Anggota (*Menyesuaikan saat pelaksanaan kegiatan*)
 - a. Nama Anggota I :-
NIP/NIDN :-
 - b. Nama Mahasiswa I : Tiara Octaviani
Prodi/ NIM : Psikologi / 2010801058
 - c. Nama Mahasiswa II : Nur Aulia Rahma
Prodi/NIM : Psikologi / 2010801062
 3. Lokasi Mitra : Aula KUA Sedayu
 - a. Alamat mitra : Pedes, Argomulyo, Sedayu, Bantul, Yogyakarta
 - b. Jarak PT ke lokasi Mitra: 11 km
 4. Luaran yang dihasilkan : materi
 5. Jangka Waktu Pelaksanaan: 1 hari
 6. Total Biaya : Rp. 300.000,00

Yogyakarta, 12 April 2025



Annisa Warasni, M.Psi, Psikolog
NIP/NIDN. 880414105300/0520118902

Ketua,

Zahro Varisna Rohmadani, M.Psi, Psi
NIP/NIDN. 8903021607362/0502038901



Luluk Rosida, S.ST., MKM
NIP/NIDN. 8011011210163/0511108001

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kemudahan sehingga kami dapat menyelesaikan kegiatan pengabdian masyarakat periode bulan februari 2025. Kami mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan kesempatan dan membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada:

1. Ibu Dr. Warsiti, S.Kp, M.Kep, Sp.Mat selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta
2. Ibu Luluk Rosida, S.ST., M.KM selaku Ketua LP2M yang telah memberikan dukungan dan arahan serta kesempatan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat.
3. Ibu Annisa Warastri, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dekan Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah memberikan kesempatan melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat
4. Ibu Andhita Dyorita K, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta yang menjadi anggota sekaligus berperan penting dalam proses pengabdian masyarakat ini.
5. Pihak-pihak terkait lainnya yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu.

Pengabdian masyarakat ini telah berusaha kami lakukan secara optimal dan semoga memberikan manfaat untuk peserta yang ditangani. Sebagai wujud dari kegiatan tersebut, kami sampaikan dalam laporan ini.

Yogyakarta, 18/02/ 2025

Zahro Varisna R, M.Psi., Psikolog

NIDN. 0502038901

DAFTAR ISI

COVER.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	iv
LATAR BELAKANG	1
TUJUAN PENGABDIAN	2
SASARAN PENGABDIAN	2
WAKTU DAN TEMPAT	2
BENTUK KEGIATAN.....	2
KENDALA DAN CARA MENGATASI.....	3
KESIMPULAN DAN SARAN.....	3
1. Kesimpulan	3
2. saran	3
DAFTAR PUSTAKA	4

DAFTAR LAMPIRAN

lampiran 1. Dokumentasi kegiatan	6
lampiran 2. Materi.....	8

A. LATAR BELAKANG

Kesiapan dalam rumah tangga merupakan aspek penting yang harus dipersiapkan oleh individu sebelum memasuki pernikahan. Kesiapan ini mencakup berbagai dimensi, termasuk kesiapan emosional, fisik, sosial, dan finansial, yang semuanya berkontribusi terhadap keberhasilan kehidupan berumah tangga. Berdasarkan penelitian, pasangan yang memiliki kesiapan menikah yang baik dapat meminimalisir ketidakstabilan dalam keluarga dan mengurangi risiko perceraian. Menurut Dew & Dakin dalam Rahmayanty, (2023), Ketidakstabilan sering kali disebabkan oleh kurangnya komunikasi yang baik antar pasangan.

Komunikasi dalam pernikahan memiliki peran krusial dalam menjaga keharmonisan rumah tangga. Interaksi yang sehat antara suami dan istri bukan hanya sebatas pertukaran informasi, tetapi juga mencakup aspek emosional, pemahaman, dan keterbukaan yang dapat memperkuat hubungan serta mengurangi potensi konflik. Setiap keluarga memiliki pola komunikasi yang berbeda antara suami dan istri, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti lamanya usia pernikahan, latar belakang individu masing-masing, kondisi sosial ekonomi, serta budaya yang dimiliki oleh pasangan tersebut. (Khoiroh & Sa'diyin, 2021). Dewi dan Sudhana (2020) menyoroti bahwa komunikasi yang baik antara pasangan berkontribusi terhadap tingkat kepercayaan yang lebih tinggi, di mana pasangan yang terbuka dan sering berkomunikasi cenderung memiliki kepuasan pernikahan yang lebih baik dibandingkan mereka yang jarang berbicara satu sama lain. Perilaku komunikasi adalah tindakan yang mendorong interaksi antarindividu, baik secara sengaja maupun tidak, melalui komunikasi verbal maupun nonverbal seperti ekspresi wajah, seni, atau teknologi. Perilaku ini diawali oleh stimulus dan diikuti oleh respons (Napitupulu, 2023).

Dalam praktiknya, pola komunikasi suami istri sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk latar belakang budaya, pola asuh, serta pengalaman individu sebelum menikah. Pasangan yang menerapkan komunikasi asertif dan empatik lebih mampu mengungkapkan perasaan dan menyelesaikan perbedaan pendapat secara konstruktif, sehingga konflik dapat diminimalkan. Sebaliknya, komunikasi yang kurang efektif, seperti penggunaan nada negatif atau kurangnya keterbukaan, sering

kali menjadi pemicu ketidakharmonisan dalam rumah tangga. Selain itu, kemajuan teknologi juga memengaruhi cara pasangan berkomunikasi. Penggunaan media computerized seperti pesan singkat dan panggilan video dapat menjadi alat yang efektif untuk menjaga kedekatan, terutama bagi pasangan yang memiliki keterbatasan waktu untuk bertemu langsung. Namun, Dewi dan Sudhana (2020) menekankan bahwa meskipun teknologi dapat memperlancar komunikasi, interaksi langsung tetap diperlukan untuk membangun kedekatan emosional yang lebih mendalam

Dalam *time cutting edge* ini, di mana tingkat perceraian semakin meningkat, pemahaman tentang komunikasi yang efektif dalam pernikahan menjadi semakin penting. Oleh karena itu, penelitian mengenai pola komunikasi suami istri memberikan wawasan berharga bagi pasangan dalam menghadapi tantangan rumah tangga serta mempertahankan keharmonisan hubungan mereka. Keharmonisan dalam keluarga merupakan harapan setiap pasangan suami istri yang menikah dengan landasan tujuan yang jelas. Kondisi harmonis ini sejalan dengan tujuan pernikahan sebagaimana tercantum dalam Pasal 1 Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974, yaitu membangun rumah tangga yang bahagia dan langgeng dengan berlandaskan pada Ketuhanan Yang Maha Esa. (Nurislamiah, 2021).

B. TUJUAN PENGABDIAN

Agar dapat menambah pengetahuan bagi peserta mengenai kehidupan setelah berumah tangga sehingga dapat meningkatkan komunikasi yang baik antar suami istri

C. SASARAN PENGABDIAN

Sasaran pengabdian masyarakat yang telah dilakukan adalah para calon pasangan suami istri yang telah mendaftarkan pernikahannya di Kantor Urusan Agama (KUA)

D. WAKTU DAN TEMPAT

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dilaksanakan pada hari Selasa 18 Februari 2025 di Aula KUA Kapanewon Sedayu

E. BENTUK KEGIATAN

Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk pemaparan materi tentang komunikasi suami sekaligus sesi tanya jawab

F. KENDALA DAN CARA MENGATASI

Selama pelaksanaan kegiatan ditemui kendala berupa keterbatasan peserta yang hadir seperti terdapat peserta yang datang sendiri tanpa pasangannya, sedangkan akan sangat membantu jika masing-masing dari mereka datang. Namun terlepas dari itu semua peserta yang hadir sangat antusias dalam menyimak materi yang dipaparkan.

G. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat mendapatkan respon positif dari para peserta yang mengikuti. Hal ini terlihat dari keterlibatan aktif dari para peserta, dan menyimak materi yang diberikan.

2. Saran

Di lain waktu, dapat diselenggarakan kembali acara serupa, yang mendatangkan narasumber dari Psikolog ahli keluarga dan perkawinan sehingga dapat lebih bermanfaat bagi pasangan yang akan menikah.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, & Sudhana. (2020). Pola Komunikasi Suami Istri dalam Menjaga Keharmonisan Keluarga.
- Khoiroh, U., & Sa'diyin, M. (2020). Pola komunikasi dalam penyelesaian konflik pasangan nikah muda di Desa Pangkah. *Busyro: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi Islam*, 2(1), 9-14.
- Napitupulu, E. E., Toruan, R. M. L. L., & Simanjuntak, M. (2023). Pola komunikasi suami istri dalam penyelesaian masalah di awal masa pernikahan. *Jurnal Teknologi Kesehatan Dan Ilmu Sosial (Tekesnos)*, 5(1), 47-55.
- Nurislamiah, M. (2021). Komunikasi Interpersonal Pasangan Suami Istri dalam Upaya Menjaga Keharmonisan Rumah Tangga. *Communicative: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 2(1), 15-29.
- Rahmayanty, D., Simar, S., Thohiroh, N. S., & Permadi, K. (2023). Pentingnya komunikasi untuk mengatasi problematika yang ada dalam keluarga. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(6), 28-35.

LAMPIRAN

UNISA
Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta

 **KANTOR URUSAN AGAMA
KAPANEWON SEDAYU**

BIMBINGAN PERKAWINAN

ANGKATAN KE-2

 H. AGUNG ISMARWANTO Kepala KUA Sedayu	 NUR SOIMAH AGUS HIDAYANTI Fasilitator Bimwin	 NOVA ANDRIYANTO Narasumber 1	 ZAHRO VARISNA R, S.PSI, M.PSI, PSIKOLOG Dosen UNISA Narasumber 2
--	---	--	--

 **Selasa**
18 Februari 2025

 **AULA KUA SEDAYU**

08.00 s.d  **12.00 WIB**

Lampiran 2. Dokumentasi kegiatan



Lampiran 3. Materi



Komunikasi Suami Istri

Oleh : Zahro Varisna R, S.Psi, M.Psi, Psikolog
(Universitas Aisyiyah Yogyakarta)



Kenapa Penting?

- ❖ Membangun rasa saling percaya dan pengertian
- ❖ Mencegah dan mengatasi konflik
- ❖ Meningkatkan keintiman
- ❖ Menciptakan hubungan yang bahagia dan langgeng



Selain komunikasi, aspek apalagi yang penting ?

- ❖ Kesiapan mental dan emosional
- ❖ Manajemen konflik
- ❖ Peran dan tanggung jawab
- ❖ Nilai dan tujuan bersama



Psikologi Komunikasi

Ilmu yang mempelajari terkait proses komunikasi antar individu dengan menggunakan psikologi sebagai sudut pandangnya. Tidak lain tujuannya adalah untuk mencapai komunikasi yang efektif.



Komunikasi adalah bagian inti dari kehidupan manusia.

Karena melalui proses komunikasi, seseorang berusaha untuk menyampaikan pikiran dan perasaannya kepada orang lain. Dalam kehidupan bermah tangga untuk membangun keluarga yang harmonis maka sangat diperlukan adanya komunikasi.



Suami Istri

Peran suami & istri ialah sebagai penggerak serta teladan dalam sebuah keluarga, sehingga untuk mewujudkan keluarga yang harmonis sangat diperlukan komunikasi yang baik.

Teori Thomas Hart dan Kathleen (1988) : komunikasi merupakan landasan utama yang harus ada dalam ikatan pernikahan.



Dari segi psikologi komunikasi dapat dipahami bahwa semakin baik hubungan interpersonal maka akan semakin terbuka orang untuk mengungkapkan dirinya serta semakin cermat persepsinya tentang orang lain dan persepsinya terhadap diri sendiri.





Untuk mengatasi berbagai hambatan yang mungkin akan terjadi, menurut De Vito (1997) antara lain:

- Keterbukaan**
- Empati**
- Dukungan**
- Kesamaan**
- Rasa Positif**



Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi suami istri


01. Lebih menikmati kegembiraan-kegembiraan kecil
02. Berbagi dalam suka maupun duka
03. Belajar untuk mencintai diri sendiri
04. Belajar untuk memaafkan
05. Saling bertutur kata dengan penuh cinta dan kasih sayang



Keluarga yang harmonis adalah dambaan setiap orang, namun perlu kerja sama yang baik untuk mewujudkannya terutama dari Kedua belah pihak karena merekalah yang memberikan bimbingan dan tauladan untuk anggota keluarga lainnya.



Komunikasi suami isteri sangat mempengaruhi terbentuknya suatu keluarga yang harmonis, komunikasi yang buruk akan menghambat terbentuknya keluarga yang harmonis.



gaya
KOMUNIKASI SUAMI ISTRI
Beberapa gaya komunikasi yang digunakan oleh suami isteri dapat digolongkan menjadi beberapa jenis, antara lain:

GAYA MENGONTROL
Pasangan yang menerapkan gaya komunikasi ini biasanya tidak mau mendengarkan opini pasangan dan cenderung untuk menghidari perbedaan pendapat.

GAYA KONVENSIONAL
Tidak ada diskusi perancangan terbuka mengenai masalah-masalah penting pada suami isteri yang menggunakan gaya ini.



GAYA SPEKULATIF
Suami isteri umumnya sudah berfikir terbuka untuk menerima dan menghargai ide dan pendapat pasangan, tetapi penggunaan gaya ini biasanya menghabiskan waktu dengan lebih banyak saling bertanya daripada mengekspresikan perasaannya masing-masing.

GAYA KONTAK PENUH
Gaya ini di terangkan suami isteri yang mau mendengar dan menghargai opini pasangannya. Mereka tidak ragu untuk mendiskusikan setiap masalah penting dan mengekspresikan keinginannya masing-masing.



jarak
DALAM KOMUNIKASI
Jarak komunikasi terkadang membuat pasangan suami isteri dilanda beberapa konflik. Jarak terkadang memang memisahkan dua individu yang saling mencintai. Namun hal itu dapat dihindari jika keduanya mempunyai rasa percaya dan komitmen pada pasangannya.

JARAK DEKAT

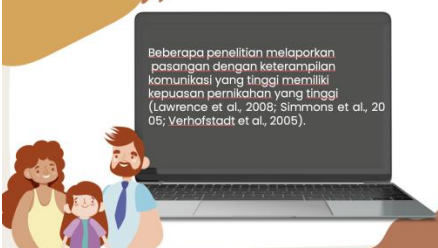
JARAK JAUH




ekspresi cinta
DALAM KOMUNIKASI
Merupakan reaksi terbesar manusia dalam menyatakan cinta kepada pasangannya. Senyuman, tatapan mata bahkan hubungan seks pun merupakan ekspresi cinta dari dua manusia yang mencintai. Tidak hanya itu saja, pengorbanan, memaafkan pasangan jika pasangan mempunyai salah, kesetiaan merupakan hal yang dikategorikan sebagai ekspresi cinta.




Beberapa penelitian melaporkan pasangan dengan keterampilan komunikasi yang tinggi memiliki kepuasan pernikahan yang tinggi (Lawrence et al., 2008; Simmons et al., 2005; Verhofstadt et al., 2005).



Tips Meningkatkan Komunikasi Efektif dg Pasangan :

- ✓ Dengarkan dengan penuh perhatian
- ✓ Berbicaralah secara terbuka dan jujur
- ✓ Gunakan bahasa yang positif
- ✓ Belajarlah untuk berkompromi
- ✓ Jangan pernah berhenti mencoba



PSYCHOLOGICAL FACT
Penelitian Johnson & Anderson (2003) ditemukan : pentingnya kegiatan komunikasi seperti sering berbicara, menghabiskan waktu bersama, dan saling mendukung untuk meningkatkan tingkat kepuasan pernikahan yang tinggi. Hal ini terjadi karena penilaian pasangan yang telah menikah atau waktu yang dihabiskan bersama dalam suatu kegiatan di pandang sebagai investasi. Investasi ini kemudian cenderung dilihat sebagai bentuk konfirmasi, yang akan menghasilkan pengalaman subjektif yang tinggi dari kepuasan pernikahan (Jooy & Beer, 2008).



THANK YOU
Does anyone have any questions?
0895-3838-48541
zahrawarnea@gmail.com



Lampiran 4. Pakta Integritas

PAKTA INTEGRITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zahro Varisna Rohmadani, M.Psi, Psi
NIDN/NIP : 0502038901/8903021607362
Fakultas : Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humaniora
Prodi : S1 Psikologi


Dalam rangka mempergunakan dan mempertanggungjawabkan penerimaan dana pengabdian Masyarakat dengan judul : Komunikasi Suami Istri untuk Mencegah dan Mengatasi Konflik

dengan ini menyatakan bahwa saya :

1. Sanggup dan bersedia mempertanggungjawabkan penggunaan dana pengabdian masyarakat yang diberikan oleh LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta tahun anggaranberdasarkan surat tugas nomer.....Tanggal sebesar Rp. 300.000,- (*Tiga Ratus Ribu Rupiah* *), yang digunakan untuk;
 - a. Biaya pelaksana pengabdian masyarakat : Rp 100.000,-
 - b. Transport pelaksana pengabdian masyarakat : Rp 50.000,-
 - c. Biaya pembuatan laporan : Rp 50.000,-
 - d. Biaya transport mahasiswa : Rp 100.000,-
2. Dalam mempergunakan dana pengabdian masyarakat ini, saya berjanji akan melaksanakannya secara bersih, secara optimal untuk memberikan hasil kerja terbaik dari penggunaan dana pengabdian masyarakat ini.

Demikian pakta integritas ini kami buat dengan sadar, jujur, tanpa paksaan dari pihak manapun serta bersedia dikenakan sanksi moral, dan administrasi.

Mengetahui,
Ka Prodi S1 Psikologi
Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan
Humaniora
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta


Andhita Dyorita K., M.Psi, Psi
NIDN/NIP. 05200787018707201612406

Sleman, 29 April 2025
Pelaksana Pengabdian Masyarakat,


Zahro Varisna Rohmadani, M.Psi, Psi
NIDN/NIP. 0502038901/8903021607362

Mengesahkan,
Ketua LPPM
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta,

Luluk Rosida, S.ST., M.KM.
NIDN/NIP. 0511108001/80110111210163