

JUSTICIA SAINS: JURNAL ILMU HUKUM

Published by The Law Faculty of Sang Bumi Ruwa Jurai University, Indonesia
Volume 10 Nomor 01, Juni 2025 ISSN (Print) **2527-4201** ISSN (Online) **2502-1788**
Journal Homepage: <https://jurnal.saburai.id/index.php/hkm>

 : [10.24967/jcs.v10i1.4008](https://doi.org/10.24967/jcs.v10i1.4008)

Pandangan Hukum Islam Terhadap Komunikasi Interpersonal Pasangan Suami Dan Istri Dalam Menentukan Jumlah Anak

Robiatin Adawiyah¹, Nurnazli², Abdul Qodir Zaelani³, Etika Pujianti⁴

^{1,2,3} Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia

⁴ Universitas Islam An-nur Lampung, Indonesia

Article Info

Corresponding Author:

Robiatin Adawiyah

✉ robiatin203@gmail.com

Page: 334 - 348

History:

Submitted: 10-01-2025

Revised: 05-05-2025

Accepted: 20-07-2025

Published: 24-08-2025

Keyword:

[Intrpersonal Communication; Number of Children; Mubadalah.]

Kata Kunci:

[komunikasi Interpersonal; Jumlah Anak; Mubadalah.]

Abstract

[This study aims to examine how interpersonal communication between husband and wife plays a role in decision-making regarding the number of children, viewed from the perspective of Mubādalāh. This study uses a qualitative descriptive method with a library research approach, which examines various literature such as books, journal articles, and other relevant references. The results of the study indicate that effective interpersonal communication is characterized by openness, empathy, the ability to listen actively, honesty in expressing opinions, and emotional support has a major influence on the negotiation process and joint decision-making regarding the number of children. The Mubādalāh perspective provides a theological and ethical framework in building equal partnerships, as well as correcting hierarchical relationship patterns that often place women's voices in a less prioritized position. By using the principle of Mubādalāh, the decision on the number of children is not only understood as a technical issue, but also as a spiritual and moral discourse, where husband and wife have equal responsibility and authority in conveying their hopes, concerns, and limitations. This mutually respectful communication is the foundation for the formation of a harmonious and democratic family.]

Abstrak

[Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana komunikasi interpersonal antara pasangan suami istri berperan dalam pengambilan keputusan mengenai jumlah anak, ditinjau dari perspektif Mubādalāh. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (*library research*), yang mengkaji berbagai literatur seperti buku, artikel jurnal, dan referensi lain yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif ditandai dengan keterbukaan, empati, kemampuan mendengarkan secara aktif, kejujuran dalam menyampaikan pendapat, serta dukungan emosional memiliki pengaruh besar dalam proses negosiasi dan pengambilan keputusan bersama mengenai jumlah anak. Perspektif Mubādalāh memberikan kerangka teologis dan etis dalam membangun kemitraan yang setara, serta mengoreksi pola relasi hierarkis yang seringkali menempatkan suara perempuan dalam posisi yang kurang diutamakan. Dengan menggunakan prinsip Mubādalāh, keputusan tentang jumlah anak tidak hanya dipahami sebagai persoalan teknis semata, melainkan juga sebagai diskursus spiritual dan moral, di mana suami dan istri memiliki tanggung jawab dan otoritas yang setara dalam menyampaikan harapan, kekhawatiran, dan keterbatasan mereka. Komunikasi yang bersifat saling menghormati ini menjadi fondasi bagi terbentuknya keluarga yang harmonis dan demokratis.]



Copyright © 2025 by
Justicia Sains: Jurnal
Ilmu Hukum.

Justicia Sains: Jurnal Ilmu Hukum is
licensed under a Creative Commons
Attribution-NonCommercial 4.0
International License.

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pernikahan sejatinya adalah hubungan antara dua orang yaitu suami dan istri dalam menciptakan hubungan baik yang oleh al-Quran disebut sebagai *sakinah mawaddah warahmah*.¹ Dalam pernikahan terdapat pembagian peran antara laki-laki dan perempuan, salah satunya sektor domestik yang sering kali identik dengan peran perempuan. Peran perempuan cenderung ditempatkan di ranah domestik, karena perempuan dianggap dianggap tidak efektif untuk bekerja di luar rumah, sehingga lebih baik bekerja di dalam rumah.² Meskipun pembagian peran dalam rumah tangga sering kali menjadi sorotan, namun hal tersebut tidak dapat dilepaskan dari pentingnya komunikasi interpersonal antara suami dan istri dalam menjalankan peran masing-masing.

Komunikasi interpersonal antara suami dan istri memainkan peran krusial dalam pengambilan keputusan keluarga, termasuk dalam menentukan jumlah anak. Komunikasi interpersonal antara suami dan istri merupakan fondasi utama dalam membangun keluarga yang harmonis dan berdaya. Melalui komunikasi pasangan dapat menyampaikan harapan, kekhawatiran, serta menyalurkan pandangan mengenai berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam perencanaan jumlah anak. Keputusan mengenai jumlah anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor ekonomi atau kesehatan, tetapi juga oleh kualitas komunikasi antara pasangan. Komunikasi yang terbuka dan empatik memungkinkan pasangan untuk mencapai kesepakatan yang didasarkan pada pemahaman bersama, sehingga mengurangi potensi konflik dan meningkatkan keharmonisan rumah tangga.³

¹ Faisal Haitomi, "Relasi Suami Istri Dalam Tinjauan Mubadalah (Telaah Atas Hadis Anjuran Istri Mencari Ridho Suami)," *Jurnal Studi Hadis Nusantara* 3, no. 2 (2021): 138, <https://doi.org/10.24235/jshn.v3i2.9700>.

² Ahmad Khairul Nuzuli and Ivan Sunata, "Dinamika Komunikasi Pada Keluarga Yang Memiliki Istri Berpenghasilan Lebih Dari Suami," *JIKE : Jurnal Ilmu Komunikasi Efek* 3, no. 2 (2020): 145–53, <https://doi.org/10.32534/jike.v3i2.928>.

³ Zainal Abidin, "Komunikasi Interpersonal Suami Istri Menuju Keluarga Harmonis," *Personifikasi* 2, no. 2 (2011): 111–21.

Namun, dalam praktiknya, tidak semua pasangan mampu menjalin komunikasi yang efektif. Kurangnya keterbukaan, perbedaan nilai, dan ketidakseimbangan peran dalam komunikasi dapat menghambat proses pengambilan keputusan bersama. Hal ini dapat berdampak pada ketidaksepahaman dalam perencanaan keluarga, yang pada akhirnya mempengaruhi kualitas hubungan dan stabilitas rumah tangga. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah perceraian di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 463.654 kasus, dengan penyebab utama adalah perselisihan dan pertengkaran yang terus-menerus sebanyak 251.828 kasus, serta masalah ekonomi sebanyak 108.488 kasus.⁴ Selain itu, perubahan sosial seperti meningkatnya partisipasi perempuan dalam dunia kerja dan pendidikan juga mempengaruhi dinamika komunikasi dalam keluarga. Terbukanya lapangan kerja dan peningkatan tingkat pendidikan telah memberikan kesempatan bagi perempuan untuk lebih aktif dalam pengambilan keputusan keluarga, termasuk dalam hal perencanaan jumlah anak. Namun, tanpa komunikasi yang efektif, perubahan ini dapat menimbulkan ketegangan dalam hubungan suami istri.⁵

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal antara pasangan suami dan istri merupakan elemen krusial dalam menciptakan kesepahaman, keharmonisan, serta pengambilan keputusan strategis dalam kehidupan berumah tangga, termasuk dalam hal menentukan jumlah anak. Fenomena tingginya angka perceraian yang diakibatkan oleh perselisihan dan ketidaksepahaman menjadi indikator penting bahwa kualitas komunikasi dalam keluarga masih perlu mendapat perhatian serius. Selain itu, dinamika sosial yang terus berkembang, seperti meningkatnya peran perempuan dalam sektor pendidikan dan pekerjaan, juga turut memengaruhi pola komunikasi dalam rumah

⁴ Badan Pusat Statistik. (BPS), "Jumlah Perceraian Di Indonesia Tahun 2023 Capai 463.654 Kasus," Kompas.com, 2024.

⁵ Nuzuli and Sunata, "Dinamika Komunikasi Pada Keluarga Yang Memiliki Istri Berpenghasilan Lebih Dari Suami."

tangga modern. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengkaji bagaimana komunikasi interpersonal dibangun, dikelola, dan dijalankan dalam konteks relasi suami istri, khususnya dalam proses pengambilan keputusan mengenai jumlah anak. Berdasarkan urgensi tersebut, penelitian ini akan difokuskan mengenai bagaimana komunikasi interpersonal pasangan suami dan istri dalam menentukan jumlah anak, dengan harapan dapat memberikan kontribusi terhadap penguatan kualitas relasi keluarga dan perencanaan keluarga yang lebih efektif dan berkesinambungan

B. Perumusan Masalah

Dalam penelitian ini terdapat tiga rumusan masalah yang pertama apa saja bentuk-bentuk komunikasi interpersonal pasangan suami istri? Yang kedua bagaimana dampak komunikasi interpersonal yang efektif dalam menentukan jumlah anak? dan yang terakhir bagaimana strategi meningkatkan komunikasi interpersonal dalam perencanaan keluarga?

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*) yang dilakukan dengan mengkaji berbagai literatur yang relevan, seperti buku, artikel jurnal, dan dokumen ilmiah terkait komunikasi interpersonal, perencanaan keluarga, serta konsep hubungan suami istri dalam Islam. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan Mubādalah, yaitu pendekatan yang menekankan prinsip kesalingan antara laki-laki dan perempuan dalam relasi keluarga. Dengan pendekatan ini, penelitian menafsirkan komunikasi antara suami dan istri sebagai proses yang setara dan saling mendukung dalam pengambilan keputusan mengenai jumlah anak.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang-orang yang bertatap muka, memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal atau non verbal. Komunikasi interpersonal ini adalah komunikasi yang melibatkan hanya dua orang, seperti suami istri, dua sejawat, dua sahabat dekat, guru-murid dan sebagainya. Kemudian komunikasi interpersonal adalah jenis komunikasi yang efektif digunakan untuk orang-orang yang mempunyai hubungan yang erat seperti halnya pasangan suami istri.⁶

Pada dasarnya, tujuan pernikahan adalah jalan menuju kehidupan yang lebih baik, bermakna dan sempurna. Sedangkan tujuan rumah tangga adalah jalan menuju kelengkapan hidup, kedamaian, bahagia, dan harmonis. Semua orang pasti mendambakan rumah tangganya aman, nyaman, tenteram, dan bahagia.⁷ Dalam sebuah keluarga komunikasi interpersonal merupakan aktivitas yang dilakukan sehari-hari, dan merupakan cara untuk menyampaikan dan menerima pikiran, informasi, gagasan, perasaan serta emosi antara dua orang termasuk suami istri. Suami istri berkomunikasi pastilah dengan bertatap muka dan dalam jarak atau proksemik yang dekat. Dengan keintiman ini, maka diharapkan komunikasi yang berlangsung akan lebih efektif dan dapat menjadi dasar dari proses memahami kehidupan bersama. Dalam hubungan suami-istri harus saling berbaik hati, bukan saling memerangi perbedaan, memaksakan kesetaraan, ataupun memaksakan kehendak masing-masing.⁸ Dalam hubungan suami-istri, sikap saling menghormati dan berbaik hati harus menjadi prinsip utama, bukan justru saling memerangi perbedaan atau memaksakan kehendak. Prinsip ini juga berlaku dalam pengambilan keputusan penting dalam rumah tangga, termasuk dalam

⁶ Eva Patriana, "Komunikasi Interpersonal Yang Berlangsung Antara Pembimbing Kemasyarakatan Dan Keluarga Anak Pelaku Pidana Di Bapas Surakarta," *Journal of Rural and Development* 5, no. 2 (2014): 203.

⁷ Suwatno, *Membangun Rumah Tangga Bahagia Dan Harmonis* (Jakarta: Raja Wali, 2008).h.100

⁸ Zena Zhafirah, "Komunikasi Antarpribadi Pasangan Suami Istri Bahagia Studi Interaksi Simbolik Pada Pasangan Suami Istri," *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Sains Dan Humaniora* 4, no. 2 (2020): 97-108.

menentukan jumlah anak. Dengan komunikasi yang terbuka, pasangan dapat mendiskusikan berbagai aspek seperti kesiapan fisik dan mental, kondisi ekonomi, serta aspirasi bersama, sehingga keputusan yang diambil benar-benar mencerminkan kesejahteraan keluarga dan prinsip keadilan dalam rumah tangga

A. Bentuk-bentuk Komunikasi Interpersonal Pasangan Suami Istri

Dalam menjalin komunikasi yang sehat dan efektif, terutama dalam hal yang menyangkut keputusan penting dalam keluarga, pasangan suami istri perlu membangun pondasi komunikasi yang kuat. Berikut ini bentuk-bentuk komunikasi pasangan suami istri

1. Keterbukaan

Membuka diri buat menerima penjelasan sama perihalnya dengan cara penanganan konflik dengan metode mendengarkan. Metode mendengarkan merupakan hal yang sangat penting sepanjang melakukan penyelesain konflik. Dengan metode ini, orang akan mencermati dengan bagus opini pendampingnya itu serta menjelaskan perasaan dan isi batin yang terdapat dan memberikan umpan balik dengan cara langsung mengenai pandangan pasangannya. Sebab dalam ikatan suami istri, individu bukan cuma dapat berdialog saja, bila tidak ingin membuka diri dalam hal mendengarkan untuk menerima penjelasan sehingga hal itu jadi pemicu mendasar perselisihan. Sedemikian itu pentingnya tindakan membuka diri untuk bersedia mencermati serta menerima pemahaman dari pasangan supaya perselisihan yang terjadi dapat teratasi dengan positif.

2. Pengungkapan diri

Pada prinsipnya, tiap perselisihan tentu terdapat jalan keluarnya. Cara komunikasi yang awal dicoba dalam menuntaskan perselisihan ini dengan mengutarakan perasaan. Mengutarakan perasaan dalam perihal ini merupakan tindakan kelangsungan salah satu pihak ataupun kedua belah pihak yang ikut serta dalam perselisihan untuk menerangkan permasalahan yang

mengakibatkan kerenggangan dalam ikatan suami istri. Tindakan ini dicoba dengan tujuan tidak lebih supaya perpecahan yang berlangsung pada pasangan suami istri dapat segera teratasi. Dalam menjalankan jalinan suami istri, individu diharuskan mempunyai perilaku saling terbuka pada pasangannya. Sebab tindakan terbuka ialah bagian yang sangat berarti dalam menjalankan hubungan. kesanggupan untuk membuka diri, mengatakan informasi, membenarkan perasaan serta pikiran yang dimiliki, mengutarakan perasaan, serta mempertanggung jawabkannya, ini semua dicoba supaya ikatan suami istri dapat bertahan lama. Dengan terdapatnya tindakan terbuka bisa meminimalisasi terbentuknya perselisihan antara suami istri.⁹

3. Empati

Empati merupakan tindakan yang harus terselip dalam individu semua orang. Terlebih dalam hubungan suami istri peranan empati amat dibutuhkan dalam membuat hubungan keluarga. Dengan terdapatnya tindakan empati, konflik yang berlangsung dalam rumah tangga dapat teratasi dengan positif tanpa harus ada keretakan. Orang yang mempunyai tindakan empati berarti dapat mengatakan perasaannya serta turut merasakan apa yang dialami oleh pasangannya. Apapun wujud pernyataan perasaan mereka, komunikasi hendak berjalan efisien bila diantara mereka sudah mempunyai tindakan transparansi serta berempati kepada pasangan dalam mencurahkan perasaan.

4. Kesetaraan

Komunikasi antar pribadi akan lebih efektif bila suasananya setara. Artinya, ada pengakuan secara diam-diam bahwa kedua belah pihak menghargai, berguna, dan mempunyai sesuatu yang penting untuk disumbangkan. Kesetaraan meminta kita untuk

⁹ Sy Nurul Syobah et al., "Keefektifan Komunikasi Interpersonal Dalam Menyelesaikan Konflik Suami Istri," *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 7, no. 1 (2023): 118-29, <https://doi.org/10.30596/ji.v7i1.13307>.

memberikan penghargaan positif tak bersyarat kepada individu lain. Komunikasi antarpribadi sebenarnya merupakan suatu proses sosial dimana orang-orang yang terlibat di dalamnya saling mempengaruhi. Proses saling mempengaruhi ini merupakan suatu proses bersifat psikologis dan karenanya juga merupakan permulaan dari ikatan psikologis antarmanusia yang memiliki suatu pribadi.¹⁰

Dengan memperhatikan keempat bentuk komunikasi di atas keterbukaan, pengungkapan diri, empati, dan kesetaraan pasangan suami istri dapat menciptakan hubungan yang sehat, harmonis, dan penuh pengertian. Keterbukaan memungkinkan masing-masing pasangan untuk saling memahami dan menerima pendapat satu sama lain tanpa prasangka. Pengungkapan diri memberikan ruang bagi setiap individu untuk menyuarakan isi hati dan pikirannya dengan jujur, sehingga memperkuat ikatan emosional di antara keduanya. Sementara itu, empati menjadi kunci dalam menciptakan suasana yang penuh kepedulian dan rasa saling memiliki, karena mampu menumbuhkan perasaan dimengerti dan dihargai. Dan yang tak kalah penting, kesetaraan memastikan bahwa tidak ada dominasi atau ketimpangan dalam komunikasi, melainkan sebuah hubungan yang saling menghormati dan saling mendukung. Bila keempat aspek ini dijalankan secara konsisten, maka komunikasi interpersonal dalam rumah tangga akan berjalan lebih efektif dan menjadi pondasi kuat dalam menghadapi berbagai dinamika kehidupan keluarga, termasuk dalam pengambilan keputusan-keputusan penting seperti menentukan jumlah anak

¹⁰ Hidayat Dasrun, *Komunikasi Interpersonal* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012).h. 45.

B. Dampak Komunikasi Interpersonal yang Efektif dalam Menentukan Jumlah Anak

Komunikasi interpersonal antara suami dan istri memiliki pengaruh besar dalam berbagai aspek kehidupan rumah tangga, termasuk dalam pengambilan keputusan mengenai jumlah anak. Dalam konteks perencanaan keluarga, komunikasi yang efektif menjadi jembatan penting untuk menyatukan persepsi, harapan, serta nilai-nilai yang diyakini oleh masing-masing pasangan. Ketika komunikasi berlangsung secara terbuka, empatik, dan setara, pasangan akan lebih mudah mencapai kesepakatan dalam menentukan jumlah anak sesuai dengan kondisi dan tujuan keluarga mereka. Sebaliknya, komunikasi yang minim atau penuh konflik dapat menimbulkan ketidaksepahaman yang berujung pada keputusan sepihak, bahkan potensi ketegangan dalam rumah tangga. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana komunikasi yang efektif tidak hanya berdampak pada kesepakatan dalam perencanaan keluarga, tetapi juga berkontribusi terhadap kesehatan emosional pasangan dan stabilitas hubungan secara keseluruhan. Berikut ini diuraikan beberapa dampak positif dari komunikasi interpersonal yang efektif dalam kaitannya dengan keputusan jumlah anak dalam keluarga:

1. Kesepahaman dalam perencanaan keluarga

Komunikasi yang efektif antara suami dan istri memfasilitasi tercapainya kesepakatan dalam perencanaan keluarga, termasuk dalam menentukan jumlah anak. Melalui komunikasi yang terbuka dan jujur, pasangan dapat menyampaikan harapan, kekhawatiran, serta mempertimbangkan faktor-faktor seperti kondisi ekonomi, kesehatan, dan kesiapan emosional. Sebuah studi menekankan bahwa komunikasi interpersonal yang baik antara pasangan suami

istri dapat meningkatkan kualitas hubungan mereka dan juga kesehatan mental ibu rumah tangga.¹¹

2. Kesehatan mental dan emosional pasangan

Komunikasi yang efektif dalam keluarga memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental dan psikologis anggota keluarga. Emosi dan kemampuan kognitif setiap anggota keluarga dipengaruhi oleh proses dan dinamika komunikasi dalam keluarga. Komunikasi yang terbuka dan suportif dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional pasangan.¹²

3. Kualitas hubungan dan kestabilan rumah tangga

Hubungan interpersonal merupakan karakteristik kehidupan sosial yang mewajibkan setiap individu untuk membangun sebuah relasi dengan yang lain, sehingga akan terjalin sebuah ikatan perasaan yang bersifat timbal balik dalam suatu pola hubungan.¹³ Kualitas komunikasi pasangan suami istri memainkan peran penting dalam menjaga keharmonisan dan kestabilan rumah tangga. Komunikasi yang efektif dapat menumbuhkan pengertian, ikatan interpersonal yang lebih kuat, dan keharmonisan dalam keluarga. Sebaliknya, komunikasi yang buruk dapat menyebabkan konflik dan ketidakharmonisan.

Berdasarkan pada penjelasan diatas secara keseluruhan, komunikasi interpersonal antara suami dan istri merupakan fondasi utama dalam menentukan jumlah anak dalam keluarga. Komunikasi yang sehat dan berbasis prinsip kesalingan akan menghasilkan keputusan yang lebih adil, bijaksana, dan berpihak pada kemaslahatan

¹¹ Fitri Husaibatul Khairat Hsb, "Kajian Bimbingan Dan Konseling: Kualitas Hubungan Suami-Istri Dan Kesehatan Mental Ibu Rumah Tangga," *JIEGC Journal of Islamic Education Guidance and Counselling* 3, no. 1 (2022): 7-14, <https://doi.org/10.51875/jiegc.v3i1.148>.

¹² Erdina Indrawati et al., "Meningkatkan Kualitas Keluarga Melalui Komunikasi Efektif Di Era Digital," *Ikra-Ith Abdimas* 8, no. 2 (2024): 62-68, <https://doi.org/10.37817/ikra-ithabdimas.v8i2.3138>.

¹³ Yundari Indriani, Fauzan Nurul Fatah, and Amanda Tiara Putri, "Komunikasi Efektif Dalam Meningkatkan Kualitas Hubungan Interpersonal Di Lingkungan Kelas BPI 4B UIN Jakarta" 1, no. July (2024): 504-10.

bersama. Oleh karena itu, pasangan suami-istri harus terus mengembangkan keterampilan komunikasi yang baik, membangun pemahaman yang lebih mendalam, serta selalu mengutamakan musyawarah dalam mengambil keputusan penting, termasuk dalam perencanaan keluarga.¹⁴ Dengan komunikasi yang efektif, rumah tangga akan lebih harmonis, penuh pengertian, dan mampu menghadapi tantangan kehidupan bersama dengan lebih baik. komunikasi interpersonal yang efektif antara suami dan istri merupakan fondasi penting dalam menciptakan keluarga yang harmonis dan berdaya. Kesepahaman dalam perencanaan jumlah anak tidak dapat dilepaskan dari proses komunikasi yang terbuka dan saling menghargai. Lebih dari sekadar pertukaran informasi, komunikasi yang sehat juga berperan besar dalam menjaga kesehatan mental pasangan serta memperkuat kualitas hubungan rumah tangga secara keseluruhan.

C. Strategi Meningkatkan Komunikasi Interpersonal dalam Perencanaan Keluarga

Komunikasi interpersonal yang efektif merupakan kunci utama dalam pengambilan keputusan bersama antara suami dan istri, termasuk dalam hal perencanaan jumlah anak. Untuk meningkatkan kualitas komunikasi tersebut, diperlukan strategi yang tepat agar pasangan dapat membangun hubungan yang harmonis dan saling memahami.

1. Menciptakan *ruang dialog yang aman* dan nyaman menjadi hal utama. Ruang ini bukan hanya fisik, tetapi juga emosional, di mana masing-masing pihak merasa dihargai, tidak dihakimi, dan bebas mengekspresikan perasaan maupun pendapat. Suami istri perlu menyadari pentingnya waktu-waktu khusus untuk berdialog tanpa gangguan eksternal, seperti gadget atau pekerjaan rumah.¹⁵

¹⁴ Faqihuddin Abdul Kodir, *Qira'ah Mubadalah (Tafsir Progresif Untuk Keadilan Gender Dalam Islam)*, ed. Rusdianto, cet-1 (Yogyakarta: IRCisoD, 2019).h. 351

¹⁵ Dina Satriani, *Psikologi Komunikasi Dalam Keluarga* (Jakarta: Rajawali Pers, 2020).h.67

penting bagi pasangan untuk menerapkan *active listening* atau mendengarkan secara aktif. Strategi ini mencakup kemampuan untuk fokus mendengarkan pasangan tanpa menghakimi atau menyela, serta memberikan tanggapan yang menunjukkan bahwa pesan yang disampaikan telah dipahami dengan baik.¹⁶ Dengan mendengarkan secara aktif, komunikasi menjadi dua arah dan menciptakan ruang dialog yang lebih terbuka dan jujur.

2. Penggunaan bahasa yang positif dan membangun. Cara berbicara memengaruhi cara pasangan merespons. Ungkapan yang menunjukkan penghargaan, empati, dan kesediaan untuk memahami sering kali lebih efektif daripada pernyataan yang menyerang atau menyalahkan. Pasangan perlu mengembangkan keterampilan *emotional regulation* atau pengelolaan emosi dalam komunikasi. Ketika membahas topik sensitif seperti jumlah anak, emosi bisa memengaruhi cara seseorang menyampaikan pendapat. Oleh karena itu, kemampuan untuk tetap tenang, terbuka terhadap perbedaan, dan menghindari reaksi yang impulsif menjadi sangat penting.
3. Komunikasi dapat diperkuat melalui musyawarah, yang merupakan prinsip penting dalam Islam. Dalam Al-Qur'an Surah Asy-Syura ayat 38 disebutkan bahwa orang beriman bermusyawarah dalam urusan mereka. Musyawarah sebagai strategi komunikasi bukan hanya bentuk diskusi, tetapi juga melibatkan kesetaraan, saling menghargai, dan mencari kemaslahatan bersama dalam keluarga.¹⁷
4. Pasangan dapat mengikuti pendidikan pranikah atau konseling keluarga yang memfasilitasi mereka dalam memahami gaya komunikasi satu sama lain, serta mengenali nilai-nilai yang ingin mereka bangun dalam keluarga. Program-program semacam ini

¹⁶ Joseph A. Devito, *The Interpersonal Communication Book. 14th Ed.* (Boston: Pearson, 2019).h.109

¹⁷ Siti Khodijah, *Komunikasi Dalam Perspektif Islam* (Jakarta: kencana, 2021).h.145

terbukti mampu memperkuat kualitas komunikasi dan mengurangi potensi konflik dalam pengambilan keputusan keluarga. Dengan menerapkan strategi-strategi tersebut, diharapkan komunikasi interpersonal pasangan tidak hanya menjadi sarana tukar pendapat, tetapi juga menjadi jembatan untuk membangun kesepahaman dalam perencanaan keluarga yang berkelanjutan.

Berdasarkan pada penjelasan diatas secara keseluruhan, komunikasi interpersonal antara suami dan istri merupakan fondasi utama dalam menentukan jumlah anak dalam keluarga. Komunikasi yang sehat dan berbasis prinsip kesalingan akan menghasilkan keputusan yang lebih adil, bijaksana, dan berpihak pada kemaslahatan bersama. Oleh karena itu, pasangan suami-istri harus terus mengembangkan keterampilan komunikasi yang baik, membangun pemahaman yang lebih mendalam, serta selalu mengutamakan musyawarah dalam mengambil keputusan penting, termasuk dalam perencanaan keluarga. Dengan komunikasi yang efektif, rumah tangga akan lebih harmonis, penuh pengertian, dan mampu menghadapi tantangan kehidupan bersama dengan lebih baik.

IV. KESIMPULAN

Komunikasi interpersonal terbukti menjadi aspek fundamental dalam membangun kesepahaman antara pasangan suami istri mengenai perencanaan jumlah anak. Komunikasi yang dilandasi kejujuran, saling pengertian, dan keterbukaan memungkinkan pasangan untuk menyatukan pandangan terhadap berbagai pertimbangan penting, seperti kesiapan emosional, kondisi ekonomi, serta nilai-nilai yang dianut bersama. Hal ini menciptakan proses pengambilan keputusan yang lebih adil, partisipatif, dan penuh tanggung jawab, sehingga keputusan jumlah anak yang diambil menjadi hasil kesepakatan bersama, bukan paksaan salah satu pihak

Selain itu, komunikasi yang sehat dalam keluarga juga berpengaruh besar terhadap kesehatan mental dan emosional pasangan. Suasana komunikasi yang suportif mampu meredam konflik, menurunkan tingkat stres, serta menciptakan rasa aman dan nyaman secara psikologis. Keberadaan komunikasi yang efektif menjadi ruang untuk saling menyemangati dan mengekspresikan emosi secara sehat, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap keharmonisan keluarga secara keseluruhan. Pasangan yang memiliki komunikasi yang baik cenderung lebih resilien menghadapi tekanan hidup dan lebih siap secara mental dalam menjalani peran sebagai orang tua.

Kualitas dan intensitas komunikasi yang baik juga berkaitan erat dengan stabilitas rumah tangga. Komunikasi yang terjalin dengan empati, rasa hormat, dan kesetaraan membentuk ikatan emosional yang kuat, memperkecil potensi konflik, dan memperbesar peluang untuk menyelesaikan masalah secara dewasa. Hal ini menjadi pondasi penting bagi keharmonisan keluarga dalam jangka panjang. Oleh sebab itu, komunikasi interpersonal yang efektif tidak hanya memengaruhi keputusan dalam hal jumlah anak, tetapi juga menjadi kunci terciptanya keluarga yang sehat, dan seimbang.

DAFTAR PUSTAKA

- (BPS), Badan Pusat Statistik. "Jumlah Perceraian Di Indonesia Tahun 2023 Capai 463.654 Kasus." Kompas.com, 2024.
- Abdul Kodir, Faqihuddin. *Qira'ah Mubadalah (Tafsir Progresif Untuk Keadilan Gender Dalam Islam)*. Edited by Rusdianto. Cet-1. Yogyakarta: IRCisoD, 2019.
- Abidin, Zainal. "Komunikasi Interpersonal Suami Istri Menuju Keluarga Harmonis." *Personifikasi* 2, no. 2 (2011): 111–21.
- Dasrun, Hidayat. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012.
- Devito, Joseph A. *The Interpersonal Communication Book. 14th Ed.* Boston: Pearson, 2019.
- Haitomi, Faisal. "Relasi Suami Istri Dalam Tinjauan Mubadalah (Telaah Atas Hadis Anjuran Istri Mencari Ridho Suami)." *Jurnal Studi Hadis Nusantara* 3, no. 2 (2021): 138. <https://doi.org/10.24235/jshn.v3i2.9700>.
- Indrawati, Erdina, Yudi Yulius, Anizar Rahayu, Evi Syafrida Nasution, and Sri Sintawati. "Meningkatkan Kualitas Keluarga Melalui Komunikasi Efektif Di Era Digital." *Ikra-Ith Abdimas* 8, no. 2 (2024): 62–68. <https://doi.org/10.37817/ikra-ithabdimas.v8i2.3138>.
- Indriani, Yundari, Fauzan Nurul Fatah, and Amanda Tiara Putri. "Komunikasi Efektif Dalam Meningkatkan Kualitas Hubungan Interpersonal Di Lingkungan Kelas BPI 4B UIN Jakarta" 1, no. July (2024): 504–10.
- Khairat Hsb, Fitri Husaibatul. "Kajian Bimbingan Dan Konseling: Kualitas Hubungan Suami-Istri Dan Kesehatan Mental Ibu Rumah Tangga." *JIEGC Journal of Islamic Education Guidance and Counselling* 3, no. 1 (2022): 7–14. <https://doi.org/10.51875/jiegc.v3i1.148>.
- Khodijah, Siti. *Komunikasi Dalam Perspektif Islam*. Jakarta: kencana, 2021.
- Nuzuli, Ahmad Khairul, and Ivan Sunata. "Dinamika Komunikasi Pada Keluarga Yang Memiliki Istri Berpenghasilan Lebih Dari Suami." *JIKE : Jurnal Ilmu Komunikasi Efek* 3, no. 2 (2020): 145–53. <https://doi.org/10.32534/jike.v3i2.928>.
- Patriana, Eva. "Komunikasi Interpersonal Yang Berlangsung Antara Pembimbing Kemasyarakatan Dan Keluarga Anak Pelaku Pidana Di Bapas Surakarta." *Journal of Rural and Development* 5, no. 2 (2014): 203.
- Satriani, Dina. *Psikologi Komunikasi Dalam Keluarga*. Jakarta: Rajawali Pers, 2020.
- Suwatno. *Membangun Rumah Tangga Bahagia Dan Harmonis*. Jakarta: Raja Wali, 2008.
- Syobah, Sy Nurul, Agus Bambang Nugraha, Rina Juwita, and Karimuddin Abdullah. "Keefektifan Komunikasi Interpersonal Dalam Menyelesaikan Konflik Suami Istri." *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 7, no. 1 (2023): 118–29. <https://doi.org/10.30596/ji.v7i1.13307>.
- Zhafirah, Zena. "Komunikasi Antarpribadi Pasangan Suami Istri Bahagia Studi Interaksi Simbolik Pada Pasangan Suami Istri." *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Sains Dan Humaniora* 4, no. 2 (2020): 97–108.