HAMBATAN MENDENGARKAN DALAM RELASI PRA-NIKAH: STUDI FENOMENOLOGIS KOMUNIKASI INTERPERSONAL

Rangga Saptya Mohamad Permana[1], dan Nessa Suzan[2]
[1]Program Studi Televisi dan Film, Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia
[2]Raness Media Rancage, Bandung, Indonesia
E-mail : [1]rangga.saptya@unpad.ac.id; [2]nessasuzan@gmail.com
*E-mail Korespondensi : [1]rangga.saptya@unpad.ac.id

ABSTRAK. Mendengarkan merupakan bagian penting dalam komunikasi interpersonal karena memungkinkan individu memahami pesan, memberikan respons, dan membangun keterlibatan dalam hubungan. Dalam relasi pra-nikah, proses mendengarkan menjadi penting karena pola komunikasi yang terbentuk dapat memengaruhi bagaimana pasangan mengelola perbedaan, emosi, dan berbagai persoalan hubungan. Namun, proses mendengarkan tidak selalu berlangsung secara optimal dan dapat menghadapi berbagai hambatan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami proses mendengarkan serta mengidentifikasi bentuk-bentuk hambatan yang muncul dalam komunikasi pasangan pra-nikah. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk memahami pengalaman partisipan dalam proses komunikasi dengan pasangannya. Subjek penelitian terdiri atas enam partisipan yang berasal dari tiga pasangan pra-nikah dengan rentang usia 18–26 tahun dan masa hubungan lebih dari lima bulan. Data diperoleh melalui wawancara dan dianalisis secara induktif dengan mengidentifikasi pola pengalaman yang muncul pada partisipan. Hasil penelitian menunjukkan enam bentuk hambatan mendengarkan, yaitu fokus pada agenda pribadi, gangguan emosional, mengkritik pembicara, tingkat atau derajat informasi, kelebihan beban informasi, dan gangguan eksternal. Hambatan tersebut tidak selalu menyebabkan proses mendengarkan berhenti sepenuhnya, tetapi dapat muncul dalam bentuk pengalihan topik, interupsi, kritik, pembagian perhatian, minimnya umpan balik, atau penundaan percakapan. Penelitian juga menemukan variasi pola di antara partisipan dengan gender yang sama sehingga gender tidak dapat diposisikan sebagai penentu tunggal kualitas mendengarkan. Temuan ini menunjukkan bahwa mendengarkan dalam relasi pra-nikah merupakan proses yang dinamis, kontekstual, dan relasional.

Kata Kunci: Mendengarkan; hambatan mendengarkan; komunikasi interpersonal; relasi pra-nikah; fenomenologi

LISTENING BARRIERS IN PREMARITAL RELATIONSHIPS: A PHENOMENOLOGICAL STUDY OF INTERPERSONAL COMMUNICATION

ABSTRACT. *Listening is an important component of interpersonal communication because it enables individuals to understand messages, provide responses, and maintain interpersonal engagement within a relationship. In premarital relationships, listening is particularly important because established communication patterns may influence how couples manage differences, emotions, and relationship issues. However, listening does not always occur optimally and may be affected by various barriers. This study aims to understand the listening process and identify the forms of listening barriers that emerge in the communication of premarital couples. The study employed a qualitative approach using a phenomenological method to explore participants' experiences of communicating with their partners. The participants consisted of six individuals from three premarital couples, aged 18–26 years, who had been in their relationships for more than five months. Data were collected through interviews and analyzed inductively by identifying patterns emerging from the participants' experiences. The findings identified six forms of listening barriers: focus on personal agenda, emotional disturbance, criticizing the speaker, information degree, information overload, and external disturbance. These barriers did not necessarily cause listening to cease completely but appeared through topic shifting, interruption, criticism, divided attention, limited feedback, or postponement of conversations. The study also found variations among participants of the same gender, indicating that gender cannot be positioned as the sole determinant of listening quality. These findings demonstrate that listening in premarital relationships is a dynamic, contextual, and relational process.*

Keywords: *Listening; listening barriers; interpersonal communication; premarital relationships; phenomenology*

PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan bagian fundamental dalam pembentukan dan pemeliharaan hubungan interpersonal. Dalam relasi yang dekat, komunikasi berfungsi sebagai sarana pertukaran informasi sekaligus medium untuk menyampaikan kebutuhan, membangun pemahaman, memberikan dukungan, dan menegosiasikan makna bersama. Kualitas komunikasi pra-nikah bahkan memiliki keterkaitan dengan kualitas hubungan pada tahap berikutnya. Meta-analisis terhadap 64 studi dyadik menunjukkan bahwa perilaku komunikasi positif maupun negatif berhubungan signifikan dengan kualitas hubungan selanjutnya, sementara perilaku komunikasi negatif berkaitan dengan kemungkinan disolusi hubungan (Kanter et al., 2022). Dalam konteks hubungan pra-nikah,

komunikasi memiliki arti vital karena pasangan mulai membangun kesepahaman mengenai berbagai aspek kehidupan bersama. Penelitian longitudinal terhadap 210 pasangan menunjukkan bahwa komunikasi negatif sebelum menikah berkaitan dengan tingkat penyesuaian perkawinan yang lebih rendah pada lima tahun pertama pernikahan (Markman et al., 2010).

Dalam proses komunikasi tersebut, perhatian terhadap aktivitas mendengarkan menjadi sangat penting. Mendengarkan tidak sekadar aktivitas menerima bunyi atau menunggu giliran berbicara, melainkan upaya memahami apa yang disampaikan orang lain dan bagaimana ia memaknai pengalamannya. Dalam hubungan romantis, kemampuan merespons pasangan secara tepat berawal dari kemampuan memahami pesan yang disampaikan. Kajian mengenai *perceived responsiveness* menunjukkan bahwa kemampuan menunjukkan pemahaman, validasi, dan kepedulian terhadap pengalaman pasangan merupakan aspek penting dalam pemeliharaan keintiman; mendengarkan menjadi langkah awal untuk membangun responsivitas tersebut (Arican-Dinc & Gable, 2023). Penelitian Walker et al. (2024) juga menemukan bahwa *receptive listening* memiliki hubungan positif dengan kepuasan hubungan dan merupakan salah satu proses paling kuat di antara strategi regulasi emosi interpersonal.

Persoalannya, proses mendengarkan tidak selalu berlangsung secara ideal. Individu dapat mengalami kesulitan mempertahankan perhatian akibat faktor internal pendengar maupun situasi interaksi. Pendengar bisa lebih sibuk memikirkan responsnya sendiri, mempertahankan agenda pribadi, menilai pembicara, mengalami gangguan emosional, atau menghadapi informasi berlebih. Keberadaan seseorang secara fisik dalam percakapan tidak dengan sendirinya menjamin proses mendengarkan berlangsung efektif. Dalam relasi pra-nikah yang dekat, pengetahuan mengenai karakter dan pola komunikasi pasangan memang membantu pemahaman, tetapi di sisi lain dapat membentuk asumsi prematur. Akibatnya, seseorang kerap merespons berdasarkan interpretasi atau agenda yang terbentuk sebelum pesan selesai disampaikan.

Persoalan ini tampak dalam penelitian awal yang melibatkan tiga pasangan pra-nikah, yang mengidentifikasi hambatan mendengarkan seperti fokus pada agenda pribadi, gangguan emosional, kritik terhadap pembicara, derajat informasi, kelebihan informasi, dan gangguan eksternal. Temuan memperlihatkan bahwa hambatan ini tidak selalu muncul dalam bentuk yang sama; sebagian informan mengalihkan topik atau meminta pembicara langsung menuju inti masalah, sementara lainnya tetap mendengar-kan tetapi kemudian mengembalikan percakapan ke topik pribadi. Oleh karena itu, penelitian mengenai hambatan mendengarkan pada pasangan pra-nikah penting dilakukan bukan untuk menentukan "pendengar baik" atau "pendengar buruk", melainkan untuk memahami bagaimana hambatan tersebut muncul dan dikelola dalam interaksi dyadik secara relasional dan kontekstual melalui pendekatan fenomenologis.

Mendengarkan sebagai Proses Komunikasi Interpersonal

Dalam komunikasi interpersonal, terdapat perbedaan mendasar antara *hearing* sebagai proses fisiologis menerima rangsangan suara dan *listening* sebagai proses aktif memberikan perhatian, pemaknaan, interpretasi, serta pemberian respons. Makna pesan tidak hanya ditentukan oleh isi verbal, melainkan oleh pengalaman, tujuan, emosi, dan konteks hubungan antara pembicara dan pendengar. Oleh sebab itu, mendengarkan bukanlah proses satu arah. Pendengar turut membentuk makna melalui interpretasi.

Itzchakov dan Bodie (2026) menegaskan bahwa penelitian mengenai *interpersonal listening* masih menghadapi kompleksitas konseptual. Mendengarkan yang berkualitas dapat berkaitan dengan perhatian, pemahaman, empati, dan sikap nonmenghakimi, tetapi tidak ada satu bentuk perilaku yang secara universal dapat disebut "mendengarkan yang baik". Efektivitas mendengarkan bergantung pada konteks, tujuan interaksi, persepsi para pihak, dan norma hubungan. Dengan demikian, mendengarkan lebih tepat dipahami sebagai proses relasional yang dinamis daripada sekadar keterampilan individual yang bekerja secara statis.

Konsekuensinya, keberhasilan komunikasi ditentukan pula oleh kemampuan lawan bicara memberikan perhatian dan merespons secara tepat. Penelitian Walker et al. (2024) terhadap 277 individu menunjukkan bahwa *receptive listening* berkorelasi positif dengan kepuasan hubungan dan merupakan bagian penting dari regulasi emosi interpersonal. Ketika seseorang mendengarkan secara reseptif, aktivitas tersebut tidak hanya berdampak pada kondisi emosional pasangan, tetapi juga pada evaluasi individu terhadap kualitas hubungannya sendiri. Walker et al. (2024) menempatkan *receptive listening*—bersama *valuing* dan humor—sebagai proses yang berorientasi pada hubungan karena melibatkan keterlibatan langsung dengan pengalaman orang lain.

Namun, aktivitas mendengarkan tidak selalu menghasilkan pemahaman yang simetris. Perbedaan perspektif membuat pesan dapat ditafsirkan berbeda dari maksud awal. Itzchakov dan Bodie (2026) mengidentifikasi sejumlah *puzzles* dalam studi mendengarkan, seperti ketidaksamaan persepsi antara pembicara dan pendengar, hubungan antara mendengarkan dan persetujuan, serta fakta bahwa indikator perhatian dapat bermakna berbeda tergantung konteks. Perspektif ini memperjelas bahwa mendengarkan bukan proses mekanis. Bagi pasangan pra-nikah, mendengarkan diperlukan untuk memahami bagaimana pasangan memandang masalah, mer-espons perbedaan, dan menegosiasikan kebu-tuhan. Hal ini sejalan dengan temuan Markman et al. (2010) mengenai dampak komunikasi pra-nikah terhadap penyesuaian perkawinan jangka panjang.

Hambatan dalam Proses Mendengarkan (*Listening Barriers*)

Hambatan mendengarkan (*listening barriers*) merujuk pada berbagai faktor yang mengganggu efektivitas mendengarkan dan mendorong individu merefleksikan pengaruhnya terhadap komunikasi interpersonal (Tietsort et al., 2021). Hambatan ini tidak hanya berkaitan dengan ketiadaan kemampuan mendengar, melainkan bagaimana perhatian, interpretasi, dan kondisi interaksi terganggu. Valikoski et al. (2023) menambahkan bahwa mendengarkan berlangsung dalam hubungan antarpembicara, pendengar, dan konteks; sehingga hambatan merupakan hasil dari proses relasional, bukan sekadar karakteristik tetap individual. Sejalan dengan Itzchakov dan Bodie (2026), hambatan mendengarkan terjadi ketika perhatian atau respons pendengar tidak lagi selaras dengan kebutuhan interaksi atau tujuan percakapan.

Berdasarkan data penelitian awal pada pasangan pra-nikah, teridentifikasi enam kategori hambatan mendengarkan, yaitu (1) fokus pada agenda pribadi, yaitu ketika perhatian pendengar lebih diarahkan pada kepentingan pribadi melalui pengalihan topik, berpura-pura tidak mendengar, atau mengembalikan pembicaraan ke topik diri sendiri; (2) gangguan emosional, yang terjadi saat isi pembicaraan memicu emosi tertentu sehingga pendengar membatasi keterlibatan, menolak membahas topik, atau mencari fokus perhatian lain; (3) mengkritisi pembicara, yang muncul ketika pendengar memberikan penilaian atau interupsi kritik sebelum pembicara selesai menyampaikan pesan, maupun memberikan komentar kritis setelah percakapan usai; (4) derajat informasi, yang berkaitan dengan respons terhadap panjang atau kedalaman informasi, seperti menyela dan meminta pembicara langsung ke inti masalah; (5) kelebihan informasi (*information overload*), di mana jumlah atau cara penyampaian informasi membuat pendengar kesulitan mempertahankan fokus, ditunjukkan melalui candaan, pengalihan, penurunan keterlibatan kognitif, atau ketiadaan umpan balik; dan (6) gangguan eksternal, yang mengacu pada faktor lingkungan atau situasi luar yang menginterupsi percakapan, seperti penundaan percakapan saat situasi tidak memungkinkan.

Keenam kategori ini menunjukkan bahwa *listening barriers* bersumber dari kombinasi faktor internal pendengar, cara merespons pembicara, karakteristik pesan, dan konteks lingkungan. Hambatan tidak boleh serta-merta diterjemahkan sebagai bukti bahwa seseorang adalah "pendengar yang buruk". Karena mendengarkan bersifat dinamis dan kontekstual (Itzchakov & Bodie, 2026), hambatan ini perlu dipelajari dalam hal bagaimana ia muncul, direspons, dan dinegosiasikan dalam interaksi.

Hambatan Mendengarkan dalam Konteks Relasi Pra-Nikah

Relasi pra-nikah memiliki karakteristik khusus karena melibatkan pembentukan kedekatan, penyampaian kebutuhan, pengelolaan perbedaan, dan dukungan emosional. Kegagalan memberikan perhatian tidak hanya berakibat pada miskomunikasi informasi, tetapi juga memengaruhi bagaimana pasangan merasa dipahami dan dihargai. Sebagaimana ditemukan Markman et al. (2010), pola komunikasi negatif pra-nikah berkaitan dengan penyesuaian pernikahan yang lebih rendah. Kanter et al. (2022) juga mengonfirmasi melalui meta-analisis bahwa perilaku komunikasi positif dan negatif berhubungan signifikan dengan kualitas hubungan serta risiko disolusi relasi. Meski efeknya relatif kecil dan komunikasi bukan satu-satunya penentu keberhasilan relasi, temuan ini menegaskan pentingnya memahami dinamika interaksi pasangan.

Dalam hubungan romantis, mendengarkan berkaitan erat dengan *responsiveness*. Arican-Dinc dan Gable (2023) menempatkan mendengarkan sebagai langkah krusial dalam membangun *perceived responsiveness*. Seseorang harus memahami pesan dan pemaknaan pasangan terlebih dahulu sebelum dapat memberikan respons yang memvalidasi. Hambatan mendengarkan merusak proses ini. Ketika pendengar mengalihkan agenda, memotong pembicaraan, mengkritik, atau menunda dialog, kesempatan pasangan untuk menyampaikan kebutuhan secara utuh menjadi terganggu.

Data penelitian menunjukkan bahwa hambatan mendengarkan jarang berbentuk penghentian komunikasi secara total, melainkan variasi tingkat keterlibatan (*degrees of engagement*). Terdapat bentuk yang halus seperti tetap mendengar secara fisik namun tanpa fokus, mendengar tanpa umpan balik, atau menunda respons. Merujuk pada Itzchakov dan Bodie (2026), perilaku seperti memotong pembicaraan atau mengalihkan topik harus dipahami berdasarkan konteks interaksi, bukan langsung diberi label sebagai cacat karakter individual.

Penelitian ini mencakup partisipan laki-laki dan perempuan. Perbedaan perilaku yang muncul tidak serta-merta disederhanakan sebagai akibat dari jenis kelamin. Setiap individu membawa preferensi, tujuan, dan kondisi emosional yang bervariasi. Oleh karena itu, gender ditempatkan sebagai dimensi analisis untuk membaca pola interaksi, bukan dasar deterministik untuk menilai kemampuan mendengarkan salah satu gender. Proses mendengarkan dalam relasi pra-nikah merupakan bentuk negosiasi komunikasi yang terus-menerus mengenai kapan harus berbicara, menyimak, mengkritik, atau menunda dialog.

Perspektif Gender dalam Komunikasi dan Mendengarkan

Gender sering digunakan untuk menganalisis variasi komunikasi interpersonal. Namun, Hyde (2005) melalui *gender similarities hypothesis* menegaskan bahwa laki-laki dan perempuan pada sebagian besar variabel psikologis justru memiliki lebih banyak kesamaan daripada perbedaan. Besaran perbedaan gender juga bervariasi tergantung usia dan konteks. Perspektif ini penting untuk menghindari generalisasi stereotipikal.

Meski demikian, kecenderungan pola tertentu memang ditemukan dalam beberapa literatur. Koesten (2004) menemukan bahwa jenis kelamin dan pola komunikasi keluarga memengaruhi keterampilan komunikasi; perempuan lebih banyak melaporkan kemampuan memberi dukungan emosional, sedangkan laki-laki dalam mengelola konflik dan pengungkapan diri. Dalam hal gaya mendengarkan, Johnston et al. (2000) menemukan perempuan cenderung melaporkan gaya mendengarkan yang berorientasi pada relasi dan orang, sementara laki-laki lebih berorientasi pada tindakan, waktu, dan isi pesan. Namun, temuan tersebut juga menunjukkan bahwa persepsi peran gender turut memediasi gaya mendengarkan yang dilaporkan. Lee Sargent dan Weaver (2003) memperingatkan bahwa perbedaan laporan gaya mendengarkan ini sangat dipengaruhi oleh persepsi dan stereotip gender.

Dalam konteks relasi romantis, pemahaman pesan dan *responsiveness* tetap menjadi kunci utama. Data lapangan penelitian ini menunjukkan variasi perilaku baik pada laki-laki maupun perempuan. Sebagian partisipan laki-laki menyela atau mengalihkan pembicaraan, namun sebagian lainnya menyimak dengan penuh perhatian. Demikian pula partisipan perempuan menunjukkan variasi mendengarkan sambil lalu, mendengarkan tanpa umpan balik, hingga menunda percakapan. Karena tidak ada pola tunggal yang absolut, perbedaan perilaku lebih tepat dibaca sebagai variasi negosiasi individu dalam mengelola perhatian dan konteks situasional. Gender digunakan dalam penelitian ini sebagai lensa analitis kontekstual untuk menghindari dikotomi simplistis "laki-laki versus perempuan".

Kesenjangan Penelitian, Posisi, Tujuan, dan Pertanyaan Penelitian

Kajian komunikasi romantis terdahulu mayoritas berfokus pada kualitas komunikasi umum, kepuasan hubungan, atau *responsiveness* (Arican-Dinc & Gable, 2023; Kanter et al., 2022; Markman et al., 2010). Belum banyak penelitian yang secara spesifik meneliti bagaimana hambatan mendengarkan (*listening barriers*) muncul dalam interaksi sehari-hari pasangan pra-nikah, bagaimana hambatan dialami, serta bagaimana pasangan mengelolanya. Padahal, hambatan mendengarkan kerap hadir dalam bentuk-bentuk yang kompleks dan tidak selalu memutus komunikasi secara total.

Dalam rangka mengisi kesenjangan tersebut, penelitian ini memosisikan mendengarkan sebagai proses interpersonal aktif dan relasional, serta hambatan mendengarkan sebagai kondisi yang mengganggu perhatian, pemaknaan, dan respons. Gender ditempatkan sebagai dimensi analisis variasi pengalaman tanpa tendensi deterministik.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan memahami proses mendengarkan serta mengidentifikasi bentuk-bentuk hambatan yang muncul dalam komunikasi pasangan pra-nikah, dengan memerhatikan variasi pengalaman partisipan laki-laki dan perempuan. Secara khusus, penelitian ini menjawab dua pertanyaan penelitian: (1) bagaimana proses mendengarkan berlangsung dalam komunikasi pasangan pra-nikah? dan (2) apa saja hambatan yang muncul dalam proses mendengarkan pada pasangan pra-nikah?

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian berfokus pada pengalaman partisipan dalam menjalani proses komunikasi dengan pasangan, khususnya pengalaman ketika mendengarkan maupun ketika menghadapi hambatan dalam mendengarkan. Metode fenomenologi digunakan untuk memahami pengalaman tersebut sebagaimana dialami oleh partisipan. Dalam penelitian fenomenologis, pengalaman hidup (*lived experience*) menjadi perhatian utama penelitian, sementara wawancara dapat digunakan untuk menggali narasi dan makna yang diberikan individu terhadap pengalaman tersebut (Frechette et al., 2020; Groenewald, 2004).

Objek penelitian adalah proses mendengarkan dalam komunikasi pasangan pra-nikah, terutama bentuk-bentuk hambatan yang muncul selama proses tersebut. Subjek penelitian terdiri atas tiga pasangan pra-nikah, sehingga keseluruhan partisipan berjumlah enam orang. Partisipan berada pada rentang usia 18–26 tahun dan telah menjalani hubungan dengan pasangan masing-masing selama lebih dari lima bulan. Untuk menjaga kerahasiaan identitas, dalam artikel ini seluruh partisipan diberi kode L1, L2, dan L3 untuk partisipan laki-laki serta P1, P2, dan P3 untuk partisipan perempuan.

Tabel 1 Data Partisipan

Kode	Jenis Kelamin	Usia	Pekerjaan
L1	Laki-laki	24 tahun	Mahasiswa
P1	Perempuan	24 tahun	Mahasiswa
L2	Laki-laki	20 tahun	Mahasiswa
P2	Perempuan	18 tahun	Mahasiswa
L3	Laki-laki	26 tahun	Mahasiswa
P3	Perempuan	24 tahun	Karyawan

Sumber: Hasil Olahan Penulis

Data penelitian diperoleh melalui wawancara terhadap keenam partisipan mengenai pengalaman mereka dalam berkomunikasi dan mendengarkan pasangan. Wawancara diarahkan pada pengalaman partisipan ketika menghadapi situasi komunikasi yang berkaitan dengan perhatian, agenda pembicaraan, kondisi emosional, pemahaman terhadap informasi, respons terhadap pasangan, serta gangguan yang muncul selama percakapan. Penggunaan wawancara dalam penelitian fenomenologis memungkinkan peneliti memperoleh narasi mengenai pengalaman yang dianggap bermakna oleh partisipan. Frechette et al. (2020) menjelaskan bahwa wawancara individual dalam penelitian fenomenologis dapat digunakan untuk memperoleh narasi pengalaman partisipan sekaligus memahami makna yang mereka berikan terhadap pengalaman tersebut.

Analisis data dilakukan secara induktif dengan mengidentifikasi pola-pola yang muncul dari pengalaman partisipan. Data dari keenam partisipan dibandingkan untuk menemukan bentuk hambatan yang berulang dalam proses mendengarkan. Berdasarkan proses tersebut, ditemukan enam kategori hambatan, yaitu (1) fokus pada agenda pribadi, (2) gangguan emosional, (3) mengkritik pembicara, (4) tingkat pemahaman terhadap informasi, (5) kelebihan atau banyaknya informasi, dan (6) gangguan eksternal. Keenam kategori tersebut kemudian menjadi dasar untuk mendeskripsikan pengalaman mendengarkan dalam relasi pra-nikah dan melihat variasi perilaku komunikasi yang muncul di antara partisipan.

Dalam penelitian fenomenologis, analisis terhadap pengalaman tidak diarahkan semata-mata untuk mengukur frekuensi suatu perilaku, tetapi untuk memahami pola pengalaman dan makna yang muncul dari narasi partisipan. Groenewald (2004) menunjukkan bahwa penelitian fenomenologis dapat mengorganisasi dan menguraikan data pengalaman partisipan untuk memperoleh pemahaman mengenai fenomena yang diteliti. Atas dasar itu, penelitian ini menggunakan hasil wawancara sebagai dasar untuk mengidentifikasi berbagai situasi yang dapat menghambat proses mendengarkan dalam interaksi pasangan.

Gender dalam penelitian ini digunakan sebagai dimensi analitis, bukan sebagai ukuran untuk menentukan kualitas kemampuan mendengarkan. Perbedaan antara partisipan laki-laki dan perempuan digunakan untuk melihat variasi pengalaman dan respons terhadap hambatan mendengarkan. Dengan demikian, analisis tetap berangkat dari pengalaman konkret masing-masing partisipan dan konteks interaksinya dengan pasangan, bukan dari asumsi bahwa laki-laki atau perempuan secara inheren memiliki kemampuan mendengarkan tertentu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses mendengarkan dalam relasi pra-nikah berlangsung secara dinamis dan tidak selalu berada dalam kondisi perhatian penuh terhadap pesan pasangan. Berdasarkan pengalaman enam partisipan, ditemukan berbagai situasi yang dapat menghambat proses mendengarkan, baik yang

berkaitan dengan perhatian dan agenda pribadi, kondisi emosional, kecenderungan memberikan penilaian terhadap pembicara, tingkat pemahaman terhadap informasi, banyaknya informasi yang diterima, maupun gangguan dari lingkungan. Hambatan tersebut tidak selalu menyebabkan seseorang berhenti mendengarkan sepenuhnya. Dalam sejumlah situasi, partisipan tetap mengikuti percakapan, tetapi dengan perhatian yang terbatas, menunda respons, mengalihkan pembicaraan, melakukan aktivitas lain, atau memberikan respons setelah pasangan menyelesaikan pembicaraannya. Temuan ini memperlihatkan bahwa mendengarkan dalam hubungan interpersonal lebih tepat dipahami sebagai suatu proses yang memiliki tingkat keterlibatan yang beragam daripada sebagai kondisi biner antara "mendengarkan" dan "tidak mendengarkan".

Enam bentuk hambatan tersebut selanjutnya dianalisis dengan mempertimbangkan pengalaman konkret masing-masing partisipan dan konteks hubungan mereka dengan pasangan. Analisis juga memperhatikan variasi yang muncul antara partisipan laki-laki dan perempuan tanpa menjadikan gender sebagai penjelasan tunggal atas perilaku mendengarkan. Pembahasan pertama berfokus pada fokus pada agenda pribadi, yaitu situasi ketika perhatian individu dalam percakapan dipengaruhi oleh keinginan, kepentingan, atau topik yang ingin dibicarakannya sendiri. Hambatan ini menjadi penting untuk dibahas karena menunjukkan bahwa seseorang dapat tetap berada dalam percakapan dengan pasangan, tetapi pada saat yang sama mengarahkan proses komunikasi berdasarkan agenda yang dimilikinya sendiri.

Fokus pada Agenda Pribadi

Hambatan pertama yang ditemukan dalam proses mendengarkan adalah fokus pada agenda pribadi, yaitu kondisi ketika perhatian pendengar dalam percakapan lebih banyak diarahkan pada kepentingan, topik, atau respons yang ingin disampaikan sendiri daripada pada pesan yang sedang disampaikan oleh pasangan. Dalam kajian mengenai hambatan mendengarkan, Tietsort et al. (2021) menempatkan berbagai hambatan sebagai faktor yang perlu dikenali karena dapat memengaruhi kemampuan seseorang untuk melakukan *active* dan *empathic listening* serta berdampak pada komunikasi dengan orang lain. Dengan demikian, hambatan mendengarkan tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menerima pesan, tetapi juga dengan bagaimana perhatian pendengar dikelola selama berlangsungnya interaksi.

Temuan penelitian menunjukkan adanya variasi perilaku di antara keenam partisipan. Pada partisipan laki-laki, L1 dan L2 menunjukkan kecenderungan mengalihkan atau mengubah arah pembicaraan ketika pasangan sedang menyampaikan sesuatu. L2 bahkan menunjukkan perilaku berpura-pura tidak mendengarkan dan mengalihkan perhatian kepada hal lain, termasuk tidur. Berbeda dengan keduanya, L3 relatif tetap memberikan perhatian kepada pasangan selama percakapan berlangsung. Pada partisipan perempuan, P1, P2, dan P3 cenderung tetap mendengarkan pasangan terlebih dahulu, tetapi kemudian dapat mengembalikan percakapan kepada topik yang ingin dibicarakan. Dengan demikian, fokus pada agenda pribadi tidak selalu muncul dalam bentuk penolakan terhadap pesan pasangan, tetapi juga dapat berupa kecenderungan untuk mengarahkan kembali percakapan kepada topik yang dianggap lebih relevan bagi diri sendiri.

Perbedaan tersebut memperlihatkan bahwa fokus pada agenda pribadi memiliki derajat keterlibatan yang berbeda. Pada bentuk yang lebih kuat, seperti yang ditunjukkan L2, agenda pribadi dapat mendorong individu untuk melepaskan perhatian dari percakapan dan memusatkannya pada aktivitas lain. Pada bentuk yang lebih halus, individu masih mendengarkan pesan pasangan, tetapi arah percakapan pada akhirnya kembali kepada agenda yang dimilikinya sendiri. Karena itu, hambatan ini tidak dapat dipahami secara sederhana sebagai kondisi ketika seseorang sama sekali tidak mendengarkan. Seseorang dapat tetap berada dalam percakapan dan menerima pesan pasangan, tetapi pada saat yang sama mempertahankan orientasi pada apa yang ingin ia bicarakan.

Temuan tersebut sejalan dengan pandangan Itzchakov dan Bodie (2026) bahwa mendengarkan interpersonal merupakan proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh tujuan pendengar, perhatian, persepsi, serta konteks interaksi. Pendengar tidak selalu memasuki percakapan hanya dengan tujuan memahami pasangan; ia dapat memiliki tujuan lain yang memengaruhi bagaimana perhatian diberikan dan bagaimana pesan diproses. Dalam konteks tersebut, perhatian terhadap pesan pasangan dapat berkompetisi dengan agenda yang dimiliki pendengar sendiri. Dengan demikian, persoalan mendengarkan bukan hanya apakah pesan terdengar, tetapi juga apakah perhatian dan kapasitas kognitif pendengar benar-benar diarahkan untuk memahami pesan tersebut.

Dalam relasi pra-nikah, fokus pada agenda pribadi dapat dipahami sebagai bentuk negosiasi terhadap arah percakapan. Ketika L1 atau L2 mengalihkan pembicaraan, misalnya, tindakan

tersebut menunjukkan bahwa pendengar tidak sepenuhnya membiarkan agenda pasangan menentukan arah interaksi. Sebaliknya, ketika P1, P2, atau P3 tetap mendengarkan terlebih dahulu tetapi kemudian mengembalikan pembicaraan kepada topik yang mereka kehendaki, proses mendengarkan tetap berlangsung, tetapi agenda kedua pihak dinegosiasikan dalam percakapan. Hambatan mendengarkan dalam situasi ini karenanya tidak selalu berarti hilangnya komunikasi, melainkan bergesernya pusat perhatian dari pengalaman pasangan menuju kepentingan diri sendiri.

Jika dilihat berdasarkan gender, terdapat kecenderungan bahwa beberapa partisipan laki-laki dalam penelitian ini menunjukkan pengalihan perhatian atau pembicaraan secara lebih eksplisit, sedangkan partisipan perempuan cenderung mempertahankan keterlibatan sebelum mengarahkan percakapan kembali kepada agenda mereka. Namun, pola tersebut tidak cukup untuk menyimpulkan bahwa laki-laki secara umum lebih buruk dalam mendengarkan atau perempuan secara umum lebih baik. Variasi yang muncul pada masing-masing kelompok justru menunjukkan bahwa perilaku mendengarkan tidak seragam bahkan di antara partisipan dengan gender yang sama. L3, misalnya, menunjukkan pola yang berbeda dari L1 dan L2, sementara P1, P2, dan P3 juga tidak sepenuhnya menunjukkan bentuk perilaku yang identik.

Dengan demikian, fokus pada agenda pribadi memperlihatkan bahwa salah satu hambatan mendengarkan dalam relasi pra-nikah terletak pada pergeseran pusat perhatian dari pesan pasangan menuju agenda diri sendiri. Hambatan tersebut dapat muncul secara terbuka melalui pengalihan topik dan pelepasan perhatian, tetapi juga dapat muncul secara lebih subtil ketika seseorang tetap mendengarkan namun kemudian mengarahkan kembali percakapan kepada kepentingannya sendiri. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa mendengarkan merupakan proses aktif dan relasional: kualitasnya tidak hanya ditentukan oleh keberadaan seseorang dalam percakapan, tetapi juga oleh bagaimana ia mengelola perhatian dan agendanya ketika memberikan ruang kepada pasangan untuk berbicara.

Gangguan Emosional

Hambatan kedua yang ditemukan adalah gangguan emosional, yaitu kondisi ketika keadaan emosi pendengar memengaruhi kesediaan dan kemampuannya untuk memberikan perhatian terhadap pesan pasangan. Dalam proses mendengarkan interpersonal, emosi tidak dapat sepenuhnya dipisahkan dari aktivitas mendengarkan karena kondisi emosional pendengar maupun pembicara dapat memengaruhi perhatian, interpretasi, dan respons selama percakapan. Itzchakov dan Bodie (2026) menempatkan konteks, tujuan, perhatian, dan kondisi interaksi sebagai bagian penting dalam memahami mendengarkan, sehingga kualitas mendengarkan tidak dapat dipandang sebagai keterampilan yang selalu bekerja dengan cara yang sama dalam setiap situasi.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa gangguan emosional muncul dalam bentuk yang berbeda pada partisipan. L1 menunjukkan kecenderungan untuk tidak ingin melanjutkan pembicaraan ketika topik yang disampaikan pasangan dianggap tidak ingin dibahas. L2 menunjukkan bentuk yang lebih jelas berupa berpura-pura tidak mendengarkan dan mengalihkan perhatian kepada hal lain ketika menghadapi situasi komunikasi tertentu. Sementara itu, L3 tetap mendengarkan pasangannya. Pada kelompok perempuan, P1, P2, dan P3 juga menunjukkan kecenderungan untuk tetap mendengarkan ketika menghadapi situasi emosional dalam percakapan. Dengan demikian, gangguan emosional dalam data penelitian ini terutama tampak ketika kondisi emosional mendorong pendengar untuk mengurangi keterlibatan atau menarik diri dari percakapan.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa emosi dapat berfungsi sebagai pengarah perhatian dalam proses mendengarkan. Ketika individu berada dalam kondisi emosional tertentu, perhatian terhadap pesan pasangan dapat berkurang karena individu lebih berfokus pada pengalaman emosionalnya sendiri. Pada L1, misalnya, keengganan membicarakan topik tertentu menunjukkan bahwa persoalan emosional tidak hanya memengaruhi apa yang dirasakan oleh pendengar, tetapi juga menentukan sejauh mana ia bersedia mempertahankan keterlibatan dalam percakapan. Pada L2, pengalihan perhatian bahkan menjadi bentuk perilaku yang lebih nyata karena keterlibatan dengan pesan pasangan digantikan oleh fokus terhadap hal lain. Dalam kedua kasus tersebut, hambatan bukan terutama terletak pada ketidakmampuan memahami pesan, melainkan pada berkurangnya kesiapan untuk terlibat dalam proses mendengarkan.

Perspektif ini menjadi penting karena hubungan antara emosi dan mendengarkan tidak selalu bersifat negatif. Clark dan Lemay (2024) menunjukkan bahwa ekspresi emosi dalam hubungan komunal, termasuk hubungan yang dekat secara interpersonal, justru dapat meningkatkan perhatian, mendengarkan, dan respon-

sivitas pasangan. Ekspresi emosi dapat menyampaikan kebutuhan, kerentanan, dan keinginan seseorang sehingga memberikan informasi yang relevan bagi pasangannya untuk menentukan bentuk respons yang tepat. Artinya, emosi dapat memperkuat proses mendengarkan ketika pendengar memaknainya sebagai bagian penting dari kondisi pasangan.

Dalam konteks penelitian ini, persoalannya bukan semata-mata ada atau tidak adanya emosi, melainkan bagaimana emosi tersebut dikelola dalam interaksi. Ketika perhatian diarahkan kepada kondisi emosional diri sendiri sampai mengurangi kesediaan untuk mendengarkan pasangan, emosi menjadi hambatan. Sebaliknya, ketika kondisi emosional pasangan dipahami sebagai informasi mengenai kebutuhan dan pengalaman pasangan, emosi justru dapat mendorong keterlibatan dalam mendengarkan. Perbedaan ini menunjukkan bahwa gangguan emosional tidak dapat dipahami sebagai karakteristik tetap pada individu, melainkan sebagai kondisi yang muncul melalui hubungan antara keadaan internal pendengar dan tuntutan interaksi yang sedang berlangsung.

Hal tersebut juga dapat dilihat dari penelitian terhadap pasangan romantis oleh Kuhn et al. (2018), yang menunjukkan bahwa mendengarkan secara penuh perhatian ketika pasangan mengungkapkan pengalaman yang menimbulkan stres berkaitan dengan kemampuan *dyadic coping* yang lebih baik dan kepuasan hubungan yang lebih tinggi. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa ketika pasangan berada dalam situasi emosional, kualitas perhatian dan mendengarkan memiliki konsekuensi terhadap bagaimana pasangan menghadapi persoalan secara bersama-sama. Dengan demikian, kecenderungan untuk menarik diri atau mengurangi keterlibatan ketika percakapan menjadi emosional dapat dipandang sebagai persoalan relasional, karena respons pendengar turut menentukan apakah pengalaman emosional pembicara memperoleh ruang untuk dipahami.

Jika dilihat berdasarkan gender, data menunjukkan adanya kecenderungan bahwa L1 dan L2 lebih terlihat menunjukkan perilaku mengurangi keterlibatan ketika menghadapi situasi emosional, sedangkan L3 serta ketiga partisipan perempuan tetap mendengarkan. Namun, temuan tersebut tidak cukup untuk menyatakan bahwa laki-laki secara umum lebih mudah terganggu secara emosional atau perempuan lebih mampu mempertahankan kemampuan mendengarkan. Perbedaan antara L1, L2, dan L3 sendiri menunjukkan bahwa partisipan laki-laki tidak membentuk pola yang seragam. Demikian pula, kesamaan perilaku P1, P2, dan P3 dalam kategori ini tidak dengan sendirinya membuktikan adanya sifat mendengarkan yang melekat pada perempuan.

Dengan demikian, gangguan emosional memperlihatkan bahwa kesediaan untuk mendengarkan sangat berkaitan dengan kesiapan emosional pendengar untuk tetap hadir dalam interaksi. Dalam relasi pra-nikah, kemampuan mempertahankan keterlibatan ketika percakapan menyentuh persoalan emosional menjadi penting karena percakapan pasangan tidak hanya berisi pertukaran informasi, tetapi juga penyampaian kebutuhan, kerentanan, dan pengalaman personal. Hambatan muncul ketika kondisi emosional pendengar membuat perhatian terhadap pasangan berkurang atau mendorongnya untuk menghindari percakapan. Sebaliknya, ketika emosi dipahami sebagai bagian dari pesan yang perlu didengarkan, kondisi emosional justru dapat menjadi pintu masuk menuju keterlibatan dan responsivitas yang lebih kuat.

Mengkritik Pembicara

Hambatan ketiga yang ditemukan adalah mengkritik pembicara, yaitu kecenderungan pendengar untuk memberikan penilaian terhadap pasangan ketika pasangan masih menyampaikan pesan. Dalam proses mendengarkan, kecenderungan untuk segera mengevaluasi atau menilai pembicara dapat menggeser perhatian dari upaya memahami pesan menuju upaya menentukan apakah isi pesan tersebut benar, salah, masuk akal, atau dapat diterima. Tietsort et al. (2021) menempatkan penilaian terhadap pembicara sebagai salah satu persoalan yang dapat menghambat proses mendengarkan secara empatik. Ketika pendengar lebih berorientasi pada evaluasi daripada pemahaman, ruang bagi pembicara untuk menyampaikan pengalaman secara utuh dapat menjadi lebih terbatas.

Data penelitian memperlihatkan bahwa perilaku mengkritik muncul pada seluruh partisipan, meskipun bentuk dan waktunya berbeda. L1 dan L2 menunjukkan kecenderungan untuk menyela pembicaraan pasangan sekaligus memberikan kritik terhadap apa yang disampaikan. L3 tidak secara langsung menyela, tetapi memberikan komentar setelah pasangan selesai berbicara. Pada kelompok perempuan, P1, P2, dan P3 juga cenderung memberikan kritik setelah percakapan atau setelah pasangan menyampaikan pesannya. Dengan demikian, perbedaan utama bukan terletak pada ada atau tidak adanya kritik, tetapi pada kapan dan bagaimana kritik diberikan dalam rangkaian percakapan.

Pada L1 dan L2, kritik yang disampaikan bersamaan dengan penyelaan menunjukkan bahwa proses evaluasi terjadi ketika pasangan belum sepenuhnya menyelesaikan pesan. Penyelaan dalam situasi tersebut dapat menjadi indikator bahwa pendengar telah membentuk penilaian sebelum memperoleh keseluruhan informasi yang ingin disampaikan oleh pembicara. Sebaliknya, L3 serta P1, P2, dan P3 cenderung menunggu sampai pasangan selesai berbicara sebelum menyampaikan kritik. Perbedaan ini menunjukkan bahwa mengkritik tidak selalu berarti berhenti mendengarkan. Seorang pendengar dapat tetap memberikan kesempatan kepada pasangan untuk menyelesaikan pembicaraan, tetapi kemudian melakukan evaluasi terhadap isi pesan yang diterimanya.

Temuan tersebut memperlihatkan pentingnya membedakan antara mendengarkan untuk memahami dan mendengarkan untuk mengevaluasi. Itzchakov dan Bodie (2026) menjelaskan bahwa mendengarkan interpersonal memiliki tujuan yang beragam dan tidak selalu diarahkan hanya pada pemahaman. Pendengar dapat memasuki percakapan dengan tujuan memahami, menyelesaikan persoalan, mempertahankan posisi, atau mencapai tujuan tertentu dalam interaksi. Karena tujuan tersebut berbeda, cara seseorang memberikan perhatian dan merespons pesan juga dapat berbeda. Dalam konteks penelitian ini, kecenderungan mengkritik dapat dipahami sebagai situasi ketika tujuan evaluatif menjadi lebih dominan dalam proses mendengarkan.

Dalam relasi romantis, persoalan tersebut menjadi lebih kompleks karena kritik terhadap pesan pasangan tidak selalu dimaksudkan sebagai penolakan terhadap pasangan secara keseluruhan. Kritik dapat muncul sebagai respons terhadap isi pembicaraan, perbedaan pendapat, atau ketidaksesuaian antara pandangan kedua pihak. Namun, cara kritik disampaikan tetap memiliki konsekuensi terhadap kualitas interaksi. Kanter et al. (2022), melalui meta-analisis terhadap penelitian komunikasi pasangan, menunjukkan bahwa perilaku komunikasi negatif berkaitan dengan kualitas hubungan pada periode berikutnya dan juga memiliki hubungan dengan kemungkinan terjadinya disolusi hubungan. Meskipun besaran hubungan tersebut relatif kecil, temuan tersebut menunjukkan bahwa pola komunikasi negatif dalam pasangan tetap relevan untuk diperhatikan dalam memahami dinamika hubungan.

Dalam data penelitian ini, perbedaan antara menyela untuk mengkritik dan menunggu sampai pasangan selesai berbicara menjadi penting. Ketika L1 dan L2 menyampaikan kritik dengan menyela, proses mendengarkan berpotensi terganggu karena pembicara kehilangan kesempatan untuk menyelesaikan konstruksi pesannya. Sebaliknya, ketika L3 serta P1, P2, dan P3 menyampaikan kritik setelah pasangan selesai berbicara, kesempatan untuk menyampaikan pesan relatif tetap dipertahankan. Meskipun keduanya sama-sama mengandung evaluasi, konteks interaksinya berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa hambatan mendengarkan perlu dipahami bukan hanya berdasarkan isi respons, tetapi juga berdasarkan posisi respons tersebut dalam keseluruhan proses komunikasi.

Temuan ini juga memperlihatkan bahwa kritik tidak selalu identik dengan kegagalan total dalam mendengarkan. Pada partisipan yang menunggu hingga pasangan selesai berbicara, terdapat indikasi bahwa mereka tetap memberikan perhatian yang cukup untuk memperoleh keseluruhan pesan sebelum menyampaikan evaluasi. Dalam pengertian tersebut, masalah mendengarkan bukan semata-mata keberadaan kritik, tetapi bagaimana kecenderungan mengevaluasi memengaruhi perhatian dan kesempatan pasangan untuk berbicara. Perspektif ini sejalan dengan pemahaman bahwa mendengarkan merupakan proses dinamis yang dipengaruhi oleh tujuan, konteks, dan respons pendengar, bukan sekadar aktivitas menerima suara atau informasi secara pasif (Itzchakov & Bodie, 2026).

Jika dilihat berdasarkan gender, kategori ini justru memperlihatkan temuan yang menarik. Kritik ditemukan pada seluruh partisipan laki-laki maupun perempuan, sehingga data tidak mendukung pembagian sederhana bahwa kritik merupakan karakteristik komunikasi salah satu gender. Perbedaannya lebih terlihat pada cara kritik tersebut ditempatkan dalam percakapan: L1 dan L2 cenderung menyela ketika memberikan kritik, sedangkan L3 serta P1, P2, dan P3 cenderung menyampaikan kritik setelah pasangan menyelesaikan pembicaraan. Dengan demikian, gender tidak cukup untuk menjelaskan munculnya perilaku mengkritik; konteks interaksi dan cara individu mengelola respons terhadap pesan pasangan justru memberikan penjelasan yang lebih relevan.

Berdasarkan temuan tersebut, mengkritik pembicara dapat dipahami sebagai hambatan ketika orientasi evaluatif pendengar mulai mengambil alih proses pemahaman terhadap pesan pasangan. Hambatan ini memiliki tingkat yang berbeda: penyelaan dan kritik ketika pasangan masih berbicara dapat secara langsung mengganggu alur mendengarkan, sedangkan kritik setelah pasangan selesai berbicara

menunjukkan bahwa evaluasi masih berlangsung tetapi tidak serta-merta menghentikan kesempatan pasangan untuk menyampaikan pesan. Dalam relasi pra-nikah, perbedaan tersebut penting karena kualitas mendengarkan tidak hanya ditentukan oleh apakah seseorang memiliki pendapat kritis terhadap pasangan, tetapi juga oleh kemampuannya memberikan ruang yang cukup sebelum melakukan evaluasi dan merespons pesan yang telah diterima.

Tingkat/Derajat Informasi

Hambatan tingkat atau derajat informasi berkaitan dengan kondisi ketika jumlah, kedalaman, atau kejelasan informasi yang disampaikan memengaruhi proses pendengar dalam memahami pesan. Dalam proses mendengarkan, pendengar tidak hanya menerima rangkaian kata, tetapi juga perlu memproses isi pesan, memahami maknanya, dan menentukan respons yang sesuai. Oleh karena itu, ketika informasi yang diterima belum cukup jelas atau belum mudah dipahami, pendengar dapat melakukan tindakan tertentu untuk memperoleh pemahaman yang lebih lengkap. Namun demikian, permintaan klarifikasi pada dasarnya tidak selalu menunjukkan kegagalan mendengarkan. Pertanyaan dapat menjadi bagian dari upaya pendengar untuk memastikan pemahaman terhadap pesan yang disampaikan.

Temuan penelitian menunjukkan adanya perbedaan dalam cara partisipan menghadapi persoalan tingkat informasi. L1 dan L2 cenderung melakukan interupsi dan meminta pembicara langsung menyampaikan pokok persoalan. Sementara itu, L3 tetap mendengarkan tanpa menunjukkan bentuk interupsi yang sama. Pada partisipan perempuan, P1 dan P3 juga tetap mendengarkan pesan yang disampaikan, sedangkan P2 tetap mendengarkan meskipun melakukan aktivitas lain pada saat yang bersamaan. Data tersebut memperlihatkan bahwa persoalan tingkat informasi tidak selalu menghasilkan penghentian proses mendengarkan. Pada sebagian partisipan, kesulitan memperoleh informasi yang dianggap penting justru mendorong munculnya respons verbal berupa pertanyaan atau permintaan agar pembicara segera sampai pada inti pembicaraan.

Temuan pada L1 dan L2 perlu dibaca secara hati-hati. Tindakan memotong pembicaraan untuk meminta inti informasi dapat dipahami sebagai hambatan apabila interupsi tersebut mengurangi kesempatan pembicara untuk menyelesaikan penjelasannya. Namun, tindakan bertanya sendiri tidak dapat langsung dikategorikan sebagai perilaku mendengarkan yang buruk. Korobov (2023), misalnya, menunjukkan bahwa pada percakapan alami pasangan dewasa muda, praktik *active listening* dapat muncul secara spontan melalui berbagai bentuk respons ketika pasangan membicarakan persoalan tertentu. Dengan demikian, pertanyaan atau respons yang muncul selama percakapan perlu dilihat dalam kaitannya dengan fungsi interaksionalnya, bukan semata-mata sebagai gangguan terhadap proses mendengarkan.

Dalam konteks penelitian ini, persoalannya bukan hanya apakah partisipan bertanya, tetapi bagaimana dan kapan pertanyaan tersebut digunakan. Jika pertanyaan muncul untuk memperjelas informasi yang belum dipahami, tindakan tersebut dapat membantu proses pembentukan pemahaman bersama. Sebaliknya, apabila pertanyaan atau interupsi digunakan untuk memotong penjelasan karena pendengar menghendaki pembicara segera sampai pada kesimpulan, tindakan tersebut dapat mengurangi ruang bagi pembicara untuk menyampaikan pesan secara utuh. Dengan demikian, satu bentuk perilaku yang sama—yakni bertanya atau menyela—dapat memiliki fungsi komunikasi yang berbeda bergantung pada konteks interaksi.

Hal tersebut berkaitan dengan temuan Roche, Zgonnikov, dan Morett (2021) mengenai proses kognitif dalam mendengarkan interaktif. Mereka menunjukkan bahwa ambiguitas dalam pesan dapat memengaruhi *listening effort* dan proses pengambilan keputusan pendengar ketika berusaha memahami maksud pembicara. Dengan kata lain, ketika pesan tidak segera menghasilkan pemahaman yang jelas, pendengar perlu melakukan kerja kognitif tambahan untuk menentukan interpretasi yang paling sesuai. Dalam konteks penelitian ini, kecenderungan L1 dan L2 untuk meminta inti informasi dapat dipahami sebagai salah satu bentuk respons terhadap kebutuhan untuk memperoleh kejelasan pesan, meskipun cara respons tersebut—yakni melalui interupsi—kemudian menjadi bagian dari hambatan mendengarkan.

Aspek tersebut juga dapat dilihat melalui konsep *listening effort*. Strand et al. (2018) menjelaskan bahwa mendengarkan melibatkan tuntutan perhatian atau kognitif yang diperlukan agar proses mendengarkan berhasil. Besarnya tuntutan tersebut dapat berbeda bergantung pada kondisi dan karakteristik situasi mendengarkan. Dengan perspektif ini, tingkat atau derajat informasi tidak hanya berkaitan dengan banyak atau sedikitnya informasi yang disampaikan, tetapi juga dengan seberapa besar upaya yang dibutuhkan pendengar untuk memproses informasi tersebut.

Temuan pada P2 memperlihatkan dimensi yang berbeda. P2 tetap mendengarkan pembicaraan meskipun melakukan aktivitas lain secara bersamaan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan dalam mendengarkan dapat berlangsung ketika perhatian pendengar tidak sepenuhnya terpusat pada percakapan. Dalam pengertian ini, hambatan bukan berupa penolakan terhadap informasi, melainkan pembagian sumber daya perhatian antara pesan pasangan dan aktivitas lain. Konsep *listening effort* membantu menjelaskan bahwa keberhasilan mendengarkan bergantung pada tuntutan perhatian dan kognitif yang harus dikelola pendengar selama proses komunikasi (Strand et al., 2018).

Pembagian perhatian tersebut juga berkaitan dengan bagaimana pendengar memberikan tanda-tanda bahwa mereka masih mengikuti percakapan. Knutsen dan Brunellière (2023) menunjukkan bahwa dalam dialog, pasangan komunikasi mencapai pemahaman bersama antara lain melalui produksi *feedback markers*, seperti tanda-tanda penerimaan atau pemahaman. Mereka juga menunjukkan bahwa *mental load* dapat memengaruhi bagaimana partisipan menghasilkan umpan balik selama dialog. Dalam konteks penelitian ini, kondisi P2 yang mendengarkan sambil melakukan aktivitas lain dapat dipahami sebagai bentuk keterlibatan yang tetap berlangsung, tetapi dengan sumber daya perhatian yang terbagi. Karena data penelitian tidak memberikan pengukuran mengenai tingkat perhatian atau *mental load* peserta, temuan ini tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan seberapa efektif P2 memahami keseluruhan pesan. Namun, data tersebut cukup untuk menunjukkan bahwa mendengarkan tidak selalu berlangsung dalam kondisi perhatian yang sepenuhnya terpusat.

Dengan demikian, data penelitian memperlihatkan sedikitnya dua bentuk hambatan yang berkaitan dengan tingkat informasi. Pertama, terdapat kecenderungan untuk mempercepat perolehan informasi, sebagaimana terlihat pada L1 dan L2 yang menginterupsi dan meminta inti pembicaraan. Kedua, terdapat pembagian perhatian selama menerima informasi, sebagaimana terlihat pada P2 yang tetap mendengarkan sambil melakukan aktivitas lain. Sementara itu, L3, P1, dan P3 menunjukkan pola yang relatif berbeda karena tetap memberikan ruang kepada pembicara untuk menyampaikan pesan tanpa interupsi yang sama. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa respons terhadap informasi tidak seragam, bahkan di antara partisipan yang memiliki karakteristik gender yang sama.

Jika dilihat berdasarkan gender, dua partisipan laki-laki, L1 dan L2, menunjukkan kecenderungan menginterupsi untuk memperoleh inti informasi, sedangkan L3 tidak menunjukkan perilaku tersebut. Pada kelompok perempuan, P1 dan P3 tetap mendengarkan tanpa interupsi, sedangkan P2 mendengarkan sambil melakukan aktivitas lain. Dengan demikian, terdapat kecenderungan tertentu dalam data, tetapi variasi antarpeserta menunjukkan bahwa gender tidak cukup untuk menjelaskan perbedaan tersebut. Temuan L3 menjadi penting karena menunjukkan bahwa pola yang ditemukan pada L1 dan L2 tidak berlaku pada seluruh partisipan laki-laki. Demikian pula, perilaku P2 memperlihatkan bahwa partisipan perempuan tidak seluruhnya menunjukkan pola keterlibatan yang sama.

Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa mendengarkan dalam relasi pra-nikah tidak dapat diposisikan secara biner sebagai "mendengarkan" atau "tidak mendengarkan". Seorang pendengar dapat tetap menerima pesan tetapi meminta informasi dipadatkan, melakukan klarifikasi, membagi perhatian dengan aktivitas lain, atau memberikan ruang penuh kepada pembicara. Bahkan, tindakan yang pada awalnya tampak sebagai hambatan dapat memiliki fungsi yang berbeda bergantung pada konteksnya. Interupsi untuk memperjelas pesan dapat membantu pemahaman, tetapi interupsi yang berulang untuk mempercepat percakapan dapat mengurangi kesempatan pembicara menyelesaikan gagasannya.

Dengan demikian, hambatan *tingkat atau derajat informasi* dalam penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai persoalan negosiasi antara kebutuhan pendengar untuk memperoleh pemahaman dan cara pembicara menyusun serta menyampaikan pesan. Tingkat informasi yang diterima tidak hanya memengaruhi apakah pendengar memahami pesan, tetapi juga bagaimana pendengar mengalokasikan perhatian, mengajukan pertanyaan, memberikan umpan balik, dan menentukan kapan harus merespons. Dalam relasi pra-nikah, proses tersebut menjadi bagian dari negosiasi interpersonal sehari-hari: pasangan tidak hanya berkomunikasi mengenai suatu persoalan, tetapi juga secara tidak langsung menegosiasikan cara yang dianggap tepat untuk menyampaikan dan menerima informasi.

Kelebihan Beban Informasi

Hambatan *kelebihan beban informasi* (*information overload*) merujuk pada kondisi ketika pendengar menerima informasi dalam

jumlah atau intensitas yang membuat proses memperhatikan, memahami, dan memberikan respons menjadi lebih sulit. Dalam komunikasi interpersonal, persoalan ini tidak selalu berarti bahwa pesan yang disampaikan benar-benar terlalu banyak secara objektif. Kelebihan informasi juga dapat muncul ketika perhatian pendengar terbatas atau ketika pendengar tidak mampu mempertahankan fokus terhadap keseluruhan pesan. Dengan demikian, *information overload* dalam proses mendengarkan perlu dipahami sebagai hubungan antara karakteristik pesan dan kapasitas perhatian pendengar dalam situasi komunikasi tertentu.

Temuan penelitian menunjukkan variasi yang cukup jelas dalam menghadapi kondisi tersebut. L1 merespons dengan menyela pembicaraan dan memasukkan lelucon, sedangkan L2 melakukan interupsi dan menunjukkan perilaku yang mengalihkan arah interaksi. L3 tetap mendengarkan pesan yang disampaikan tanpa menunjukkan bentuk interupsi yang sama. Pada kelompok perempuan, P1 tetap mendengarkan meskipun perhatian yang diberikan tidak sepenuhnya terfokus, P2 mendengarkan tanpa memberikan umpan balik yang berarti, sedangkan P3 tetap mendengarkan meskipun menunjukkan kondisi yang relatif kurang fokus. Data tersebut memperlihatkan bahwa kelebihan informasi tidak selalu membuat seseorang berhenti mendengarkan. Hambatan justru dapat muncul dalam bentuk berkurangnya fokus, minimnya umpan balik, atau munculnya perilaku yang mengalihkan alur percakapan.

Pada L1 dan L2, respons berupa interupsi menjadi penting untuk diperhatikan. Interupsi dengan lelucon atau tindakan lain yang mengalihkan pembicaraan dapat berfungsi sebagai cara untuk mengurangi tuntutan percakapan yang dirasakan terlalu berat atau terlalu panjang. Namun, dari sudut pandang pembicara, tindakan tersebut juga berpotensi mengganggu kesinambungan penyampaian pesan. Dengan demikian, *information overload* tidak hanya berkaitan dengan kemampuan pendengar menerima informasi, tetapi juga dengan bagaimana pendengar mengelola tuntutan interaksi ketika pesan dianggap membutuhkan perhatian yang lebih besar.

Konsep *listening effort* membantu menjelaskan kondisi tersebut. Strand et al. (2018) menunjukkan bahwa mendengarkan melibatkan tuntutan perhatian dan sumber daya kognitif tertentu. Ketika tuntutan tersebut meningkat, pendengar perlu mengalokasikan lebih banyak sumber daya untuk mempertahankan pemahaman terhadap pesan. Dalam konteks penelitian ini, perilaku L1 dan L2 dapat dibaca sebagai bentuk respons ketika tuntutan mempertahankan perhatian terhadap percakapan tidak sepenuhnya dipertahankan. Akan tetapi, karena penelitian ini tidak mengukur beban kognitif peserta secara eksperimental, interpretasi tersebut tidak dimaksudkan untuk menyatakan bahwa L1 dan L2 secara objektif mengalami *cognitive overload*. Temuan hanya menunjukkan bahwa keduanya memperlihatkan perilaku yang dapat mengurangi keterlibatan terhadap pesan ketika percakapan berlangsung.

Hal serupa terlihat pada P1, P2, dan P3, meskipun bentuknya berbeda. P1 tetap mendengarkan tetapi tidak sepenuhnya fokus, P2 mendengarkan tanpa memberikan umpan balik, sedangkan P3 tetap mendengarkan dalam kondisi yang juga tidak sepenuhnya terfokus. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keberadaan pendengar secara fisik tidak selalu identik dengan keterlibatan komunikasi yang sama kuatnya. Knutsen dan Brunellière (2023) menunjukkan bahwa proses dialog melibatkan pengelolaan *mental load* dan penggunaan tanda-tanda umpan balik untuk mempertahankan pemahaman bersama. Dengan demikian, ketiadaan atau minimnya umpan balik dapat menjadi indikator penting untuk melihat bagaimana keterlibatan pendengar berlangsung, meskipun tidak dapat dengan sendirinya digunakan untuk menyimpulkan bahwa pendengar tidak memahami pesan.

Perbedaan antara P1, P2, dan P3 juga menunjukkan bahwa *information overload* tidak menghasilkan satu bentuk perilaku yang seragam. Seorang pendengar dapat tetap memberikan perhatian tetapi kehilangan sebagian fokus, sementara pendengar lain tetap menerima informasi tetapi tidak memberikan respons yang terlihat. Dalam komunikasi interpersonal, perbedaan tersebut penting karena pembicara biasanya menggunakan respons verbal maupun nonverbal sebagai petunjuk apakah pesannya diterima dan dipahami. Ketika umpan balik berkurang, pembicara dapat mengalami ketidakpastian mengenai tingkat keterlibatan pasangannya dalam percakapan.

Dalam konteks pasangan pra-nikah, persoalan tersebut menjadi lebih kompleks karena mendengarkan bukan hanya aktivitas menerima informasi, melainkan juga bagian dari pengelolaan hubungan. Korobov (2023) menunjukkan bahwa pasangan romantis menggunakan berbagai praktik *active listening* dalam percakapan sehari-hari, termasuk respons dan tindakan yang membantu mengelola konflik serta makna interpersonal. Perspektif ini penting untuk membaca temuan penelitian karena perilaku mendengarkan tidak dapat dipisahkan dari fungsi

sosial percakapan. Ketika L1 menginterupsi dengan lelucon atau L2 mengalihkan perhatian, misalnya, tindakan tersebut tidak hanya berhubungan dengan pemrosesan informasi, tetapi juga dapat menjadi cara untuk mengubah suasana atau menghindari intensitas percakapan.

Dengan demikian, *information overload* dapat menghasilkan dua kecenderungan yang berbeda. Pada satu sisi, pendengar dapat mengurangi keterlibatan secara aktif, seperti menyela, bercanda, atau mengalihkan arah pembicaraan. Pada sisi lain, pendengar dapat mempertahankan keterlibatan secara minimal, misalnya tetap mendengarkan tetapi kurang fokus atau memberikan sedikit umpan balik. Kedua pola tersebut sama-sama menunjukkan adanya keterbatasan dalam keterlibatan mendengarkan, tetapi memiliki bentuk dan kemungkinan konsekuensi interpersonal yang berbeda.

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa batas antara *information overload* dan kategori hambatan lainnya tidak selalu tegas. Misalnya, perilaku P1 dan P3 yang tetap mendengarkan tetapi kurang fokus memiliki kemiripan dengan persoalan *personal agenda* dan pembagian perhatian pada kategori *information degree*. Hal tersebut justru memperlihatkan bahwa hambatan mendengarkan dalam kehidupan sehari-hari bersifat tumpang tindih dan dinamis. Satu perilaku dapat berkaitan dengan lebih dari satu kondisi komunikasi, tergantung pada konteks yang melatarbelakanginya. Karena itu, keenam kategori hambatan dalam penelitian ini sebaiknya tidak diperlakukan sebagai kategori yang sepenuhnya terpisah, melainkan sebagai perangkat analitis untuk memahami berbagai bentuk gangguan terhadap proses mendengarkan.

Jika dilihat berdasarkan gender, terdapat kecenderungan bahwa L1 dan L2 menunjukkan respons yang lebih eksplisit dalam mengurangi keterlibatan ketika menghadapi kondisi yang dikategorikan sebagai *information overload*, sedangkan L3 tetap mendengarkan. Pada kelompok perempuan, ketiga partisipan juga memperlihatkan variasi dalam tingkat fokus dan umpan balik. Dengan demikian, data penelitian kembali tidak mendukung pembacaan yang menempatkan gender sebagai penentu langsung kualitas mendengarkan. Hyde (2005), melalui *Gender Similarities Hypothesis*, menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan pada umumnya lebih banyak memiliki kesamaan daripada perbedaan pada berbagai variabel psikologis, sementara perbedaan yang muncul dapat berubah berdasarkan konteks. Perspektif tersebut membantu menempatkan temuan penelitian ini secara lebih hati-hati: variasi antara L1, L2, dan L3 menunjukkan bahwa bahkan dalam kelompok gender yang sama terdapat pola mendengarkan yang berbeda.

Meskipun demikian, penelitian terdahulu memang menunjukkan bahwa gender dapat berkaitan dengan kecenderungan tertentu dalam gaya mendengarkan. Johnston et al. (2000), misalnya, menemukan bahwa responden perempuan dalam penelitian mereka lebih banyak melaporkan gaya mendengarkan yang berorientasi pada orang atau relasi, sedangkan responden laki-laki lebih berorientasi pada tindakan, waktu, dan isi pesan. Namun, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa persepsi peran gender berhubungan dengan gaya mendengarkan yang dilaporkan, sehingga perbedaan tersebut tidak dapat begitu saja dipahami sebagai konsekuensi biologis dari jenis kelamin.

Temuan Lee Sargent dan Weaver (2003) memberikan nuansa tambahan. Mereka menemukan pola serupa dalam persepsi diri terhadap gaya mendengarkan, yakni perempuan melaporkan skor lebih tinggi pada *people listening*, sedangkan laki-laki lebih tinggi pada *content listening*. Namun, penelitian tersebut juga mempertanyakan apakah perbedaan yang tampak benar-benar merepresentasikan perbedaan kemampuan mendengarkan atau sebagian merupakan hasil dari stereotip gender yang memengaruhi cara individu memersepsikan dirinya dan orang lain. Dengan demikian, kecenderungan L1 dan L2 untuk mengurangi keterlibatan melalui interupsi tidak dapat langsung dipahami sebagai karakteristik "cara laki-laki mendengarkan", sebagaimana perilaku P1, P2, dan P3 tidak dapat langsung dianggap sebagai karakteristik "cara perempuan mendengarkan".

Selain gender, pola komunikasi yang diperoleh individu dari lingkungan relasional sebelumnya juga dapat berperan dalam membentuk kompetensi komunikasi. Koesten (2004) menemukan bahwa pola komunikasi keluarga dan jenis kelamin sama-sama berkaitan dengan kemampuan menjalankan keterampilan komunikasi tertentu dalam persahabatan dan hubungan romantis. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa perilaku komunikasi lebih tepat dipahami sebagai hasil interaksi antara karakteristik individu dan lingkungan komunikasi yang membentuknya. Dalam penelitian ini, informasi mengenai latar belakang pola komunikasi keluarga peserta tidak tersedia sehingga faktor tersebut tidak dapat digunakan untuk menjelaskan perilaku L1–L3 dan P1–P3 secara langsung. Namun, temuan Koesten memperkuat

alasan untuk tidak menjadikan gender sebagai penjelasan tunggal atas variasi yang ditemukan.

Dengan demikian, *information overload* dalam penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai gangguan terhadap keterlibatan pendengar yang muncul ketika tuntutan informasi berhadapan dengan kapasitas perhatian dan pengelolaan interaksi pendengar. Hambatan tersebut dapat menghasilkan interupsi, pengalihan percakapan, berkurangnya fokus, atau minimnya umpan balik. Namun, seperti kategori sebelumnya, perilaku tersebut tidak selalu menunjukkan bahwa pendengar sepenuhnya gagal memahami pesan. Yang lebih penting adalah bagaimana tingkat keterlibatan pendengar berubah ketika tuntutan informasi meningkat. Dalam relasi pra-nikah, perubahan tersebut dapat memengaruhi pengalaman pasangan mengenai apakah dirinya benar-benar didengarkan dan diberi ruang untuk menyampaikan pesan.

Gangguan Eksternal

Gangguan eksternal merupakan hambatan mendengarkan yang berasal dari lingkungan di luar diri pendengar dan berpotensi mengalihkan perhatian dari pesan yang sedang disampaikan. Gangguan tersebut dapat berupa suara, aktivitas di sekitar, keberadaan orang lain, penggunaan perangkat, maupun kondisi lingkungan yang membuat pendengar sulit mempertahankan fokus terhadap percakapan. Dalam kajian mengenai hambatan mendengarkan, gangguan eksternal dibedakan dari gangguan internal karena sumber gangguan berada pada lingkungan interaksi, meskipun keduanya dapat saling berpengaruh terhadap kemampuan seseorang untuk mempertahankan perhatian.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa gangguan eksternal tidak menghasilkan respons yang seragam. L1 dan L2 cenderung menunda percakapan ketika terdapat gangguan dari lingkungan, sedangkan L3 tetap mendengarkan pembicaraan. Pada kelompok perempuan, P1 juga cenderung menunda percakapan, sementara P2 dan P3 tetap mendengarkan meskipun terdapat gangguan eksternal. Dengan demikian, perbedaan yang ditemukan bukan semata-mata terletak pada ada atau tidaknya gangguan, tetapi pada cara masing-masing pendengar merespons gangguan tersebut dalam mempertahankan atau mengubah keterlibatan terhadap percakapan.

Penundaan percakapan pada L1, L2, dan P1 dapat dipahami sebagai salah satu bentuk pengelolaan gangguan. Dalam situasi tertentu, menunda percakapan justru dapat menjadi pilihan yang rasional apabila kondisi lingkungan tidak memungkinkan terjadinya komunikasi secara optimal. Artinya, keputusan untuk tidak melanjutkan percakapan pada saat tertentu tidak selalu menunjukkan ketidakmauan untuk mendengarkan. Pendengar dapat menyadari bahwa perhatian mereka sedang terpecah dan memilih untuk memindahkan percakapan ke waktu atau kondisi yang dianggap lebih memungkinkan. Dalam pengertian ini, hambatan eksternal tidak selalu berujung pada kegagalan mendengarkan, tetapi dapat menghasilkan negosiasi mengenai kapan proses mendengarkan sebaiknya berlangsung.

Temuan tersebut penting karena menunjukkan bahwa mendengarkan merupakan aktivitas yang sensitif terhadap konteks. Välikoski et al. (2023) menunjukkan bahwa hambatan mendengarkan dapat muncul pada tingkat intrapersonal maupun interpersonal dan berkaitan erat dengan situasi relasional tempat proses mendengarkan berlangsung. Mereka juga menekankan bahwa mendengarkan dalam situasi interpersonal tidak dapat dipisahkan dari kondisi dan tujuan interaksi. Dalam konteks pasangan pra-nikah, temuan tersebut membantu menjelaskan mengapa gangguan eksternal tidak cukup dipahami sebagai persoalan teknis lingkungan. Cara pasangan merespons gangguan juga merupakan bagian dari pengelolaan hubungan.

Perbedaan antara L1, L2, dan L3 menunjukkan hal tersebut dengan jelas. Ketika gangguan eksternal muncul, L1 dan L2 memilih untuk menunda percakapan, sementara L3 tetap memberikan perhatian terhadap pesan yang sedang disampaikan. Ketiga perilaku tersebut menunjukkan adanya strategi yang berbeda dalam mengelola situasi komunikasi. Menunda percakapan dapat dipahami sebagai upaya untuk memperoleh kondisi yang lebih mendukung proses mendengarkan, sedangkan tetap melanjutkan percakapan menunjukkan kemam-puan atau kemauan untuk mempertahankan perhatian meskipun kondisi lingkungan tidak sepenuhnya ideal.

Pola serupa terlihat pada partisipan perempuan. P1 memilih menunda percakapan, sementara P2 dan P3 tetap mendengarkan. Dengan demikian, kelompok perempuan juga tidak menunjukkan satu pola respons yang seragam. Temuan ini kembali memperkuat posisi penelitian bahwa gender sebaiknya digunakan sebagai dimensi analitis untuk melihat variasi, bukan sebagai penjelasan deterministik terhadap perilaku mendengarkan. Jika gender dianggap sebagai faktor utama, pola perilaku ketiga partisipan perempuan seharusnya relatif homogen. Namun, data justru memperlihatkan perbedaan dalam cara P1, P2, dan P3 menghadapi gangguan eksternal.

Gangguan eksternal juga memperlihatkan bahwa mendengarkan tidak selalu berarti mempertahankan percakapan dalam kondisi apa pun. Dalam komunikasi interpersonal, kualitas interaksi dapat bergantung pada kemampuan pasangan untuk mengenali kapan perhatian tidak dapat diberikan secara optimal. Ketika salah satu pasangan sedang menghadapi kondisi lingkungan yang mengganggu, keputusan untuk menunda percakapan dapat menjadi bentuk pengelolaan komunikasi. Dalam perspektif ini, *listening barrier* sekaligus dapat membuka ruang bagi *listening facilitation*: pasangan dapat mengurangi hambatan dengan memilih waktu, tempat, atau kondisi yang lebih mendukung berlangsungnya percakapan.

Pembedaan tersebut menjadi penting karena kategori "gangguan eksternal" berpotensi terlalu mudah dipahami sebagai persoalan sederhana seperti kebisingan atau gangguan lingkungan. Padahal, yang lebih menentukan dalam hubungan interpersonal adalah bagaimana gangguan tersebut dikelola. Lingkungan yang tidak ideal tidak selalu menghalangi proses mendengarkan apabila pendengar mampu mempertahankan perhatian, sebagaimana terlihat pada L3, P2, dan P3. Sebaliknya, gangguan yang relatif dapat ditoleransi dapat menjadi alasan untuk menghentikan atau menunda percakapan apabila pendengar menilai kondisi tersebut tidak memungkinkan keterlibatan yang memadai.

Dengan demikian, gangguan eksternal dalam penelitian ini dapat dipahami pada setidaknya dua tingkat. Pertama, terdapat gangguan terhadap perhatian, ketika kondisi lingkungan membuat pendengar lebih sulit mempertahankan fokus pada pesan. Kedua, terdapat pengelolaan terhadap gangguan, ketika pendengar memilih untuk tetap melanjutkan percakapan atau menundanya. Perbedaan antara kedua tingkat tersebut penting karena keputusan menunda percakapan tidak selalu identik dengan kegagalan mendengarkan. Sebaliknya, penundaan dapat menunjukkan kesadaran bahwa proses mendengarkan membutuhkan kondisi yang memungkinkan keterlibatan secara lebih utuh.

Jika dibandingkan dengan lima kategori sebelumnya, gangguan eksternal juga memperlihatkan semakin jelas bahwa keenam hambatan mendengarkan dalam penelitian ini saling berhubungan. Gangguan lingkungan dapat mengurangi fokus, yang kemudian mendorong pendengar kembali pada agenda pribadi. Gangguan tersebut juga dapat memperbesar beban pemrosesan informasi atau memunculkan respons emosional tertentu. Oleh karena itu, keenam kategori tidak seharusnya dipahami sebagai kotak-kotak perilaku yang berdiri sendiri. Kategori tersebut lebih tepat diperlakukan sebagai perangkat analitis untuk mengidentifikasi titik-titik ketika proses mendengarkan mengalami perubahan atau gangguan.

Temuan ini juga menegaskan kembali bahwa mendengarkan dalam relasi pra-nikah merupakan proses yang bersifat relasional dan situasional. Valikoski et al. (2023) menunjukkan bahwa hambatan mendengarkan tidak hanya berasal dari karakteristik pendengar, tetapi juga terbentuk melalui hubungan dan situasi tempat komunikasi berlangsung. Hal tersebut terlihat dalam penelitian ini ketika respons partisipan terhadap gangguan eksternal berbeda-beda. Perbedaan tersebut tidak dapat dijelaskan hanya melalui karakteristik individu ataupun gender, tetapi perlu dipahami sebagai bagian dari cara masing-masing pasangan mengelola kondisi komunikasi mereka.

Dengan demikian, gangguan eksternal dalam penelitian ini tidak hanya menunjukkan adanya faktor lingkungan yang menghambat penerimaan pesan, tetapi juga memperlihatkan kemampuan pasangan untuk menegosiasikan kondisi komunikasi. Sebagian partisipan mempertahankan percakapan meskipun terdapat gangguan, sementara sebagian lainnya memilih menunda percakapan. Kedua respons tersebut menunjukkan bahwa proses mendengarkan dalam relasi pra-nikah tidak berlangsung dalam ruang yang steril dari gangguan. Sebaliknya, pasangan harus terus menyesuaikan perhatian, waktu, dan keterlibatan mereka terhadap kondisi yang berubah selama interaksi berlangsung.

Sintesis Temuan

Secara keseluruhan, keenam kategori hambatan menunjukkan bahwa proses mendengarkan dalam relasi pra-nikah berlangsung secara dinamis dan tidak dapat dipahami secara biner sebagai mendengarkan atau tidak mendengarkan. Hambatan muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari pergeseran perhatian kepada agenda pribadi, kondisi emosional, kecenderungan mengevaluasi pasangan, kesulitan mengelola informasi, pembagian perhatian, hingga gangguan lingkungan. Dengan demikian, mendengarkan merupakan proses negosiasi antara perhatian, pemaknaan pesan, respons, dan kondisi situasional pasangan.

Tabel 2 Sintesis Hambatan Mendengarkan pada Pasangan Pra-Nikah

No.	Hambatan	Bentuk yang Ditemukan	Kecenderungan Respons
1	Fokus pada agenda pribadi	Mengalihkan topik, mengembalikan pembicaraan pada kepentingan sendiri	Perhatian bergeser dari pesan pasangan
2	Gangguan emosional	Menolak membahas topik, berpura-pura tidak mendengarkan, mengalihkan perhatian	Keterlibatan terhadap pesan berkurang
3	Mengkritik pembicara	Menyela, mengkritik saat pembicaraan, atau memberikan evaluasi setelahnya	Mendengarkan bercampur dengan evaluasi
4	Tingkat/derajat informasi	Memotong pembicaraan, meminta inti informasi, atau mendengarkan sambil melakukan aktivitas lain	Informasi dipadatkan atau perhatian terbagi
5	Kelebihan beban informasi	Menyela dengan lelucon, mengalihkan pembicaraan, kurang fokus, minim umpan balik	Keterlibatan mendengarkan menurun
6	Gangguan eksternal	Menunda percakapan atau tetap mendengarkan meskipun terdapat gangguan	Waktu dan kondisi komunikasi dinegosiasikan

Sumber: Hasil Olahan Penulis

Tabel tersebut memperlihatkan bahwa hambatan mendengarkan memiliki bentuk yang beragam dan tingkat keterlibatan yang berbeda. Beberapa hambatan menyebabkan pendengar secara langsung mengurangi keterlibatan, sementara yang lain hanya mengubah cara pendengar mempertahankan perhatian dan memberikan respons. Variasi juga ditemukan di antara partisipan dengan gender yang sama. Karena itu, gender dalam penelitian ini lebih tepat ditempatkan sebagai dimensi untuk membaca variasi pola komunikasi, bukan sebagai penentu kualitas mendengarkan.

Temuan utama penelitian menunjukkan bahwa persoalan mendengarkan dalam relasi pra-nikah bukan semata-mata terletak pada kemampuan individu untuk menerima pesan, melainkan pada bagaimana pasangan mengelola perhatian, informasi, emosi, respons, dan kondisi komunikasi selama interaksi berlangsung. Pandangan ini sejalan dengan pemahaman mendengarkan sebagai proses yang kontekstual dan relasional, di mana tujuan, situasi, dan hubungan antara pembicara dan pendengar turut membentuk proses tersebut (Itzchakov & Bodie, 2026; Valikoski et al., 2023). Dengan demikian, hambatan mendengarkan dapat dipahami sebagai bagian dari dinamika komunikasi interpersonal yang perlu dinegosiasikan oleh pasangan, bukan semata-mata sebagai kekurangan salah satu pihak.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa proses mendengarkan dalam relasi pra-nikah merupakan proses komunikasi interpersonal yang dinamis dan tidak dapat dipahami secara biner sebagai mendengarkan atau tidak mendengarkan. Berdasarkan pengalaman enam partisipan dari tiga pasangan pra-nikah, proses mendengarkan berlangsung melalui negosiasi perhatian, pemaknaan pesan, respons, kondisi emosional, serta situasi komunikasi yang dihadapi pasangan. Dengan demikian, mendengarkan tidak hanya berkaitan dengan kemampuan menerima pesan, tetapi juga dengan bagaimana individu mempertahankan keterlibatan selama interaksi berlangsung.

Penelitian menemukan enam bentuk hambatan dalam proses mendengarkan, yaitu fokus pada agenda pribadi, gangguan emosional, mengkritik pembicara, tingkat atau derajat informasi, kelebihan beban informasi, dan gangguan eksternal. Keenam hambatan tersebut tidak selalu menyebabkan seseorang berhenti mendengarkan sepenuhnya. Hambatan dapat muncul dalam bentuk pengalihan topik, interupsi, kritik, permintaan untuk memadatkan informasi, pembagian perhatian, minimnya umpan balik, hingga penundaan percakapan. Temuan ini memperlihatkan bahwa hambatan mendengarkan lebih tepat dipahami sebagai perubahan tingkat keterlibatan pendengar terhadap pesan dan pasangan.

Ditinjau dari gender, penelitian menemukan adanya kecenderungan pola tertentu, tetapi juga menunjukkan variasi yang cukup jelas di antara partisipan dengan gender yang sama. Oleh karena itu, gender tidak dapat digunakan sebagai penjelasan tunggal mengenai kualitas mendengarkan. Perbedaan perilaku lebih tepat dipahami melalui konteks interaksi dan cara masing-masing individu mengelola perhatian, informasi, emosi, dan kondisi komunikasi. Temuan ini sekaligus menunjukkan perlunya menghindari kategorisasi sederhana bahwa laki-laki merupakan pendengar yang buruk dan perempuan merupakan pendengar yang baik.

Berdasarkan temuan tersebut, pasangan pra-nikah disarankan untuk membangun kebiasaan mendengarkan yang lebih reflektif, terutama dengan mengenali kondisi ketika perhatian mulai teralihkan, menunda respons evaluatif, memberikan ruang bagi pasangan untuk menyelesaikan pesan, serta memilih waktu dan situasi yang mendukung percakapan. Bagi penelitian selanjutnya, kajian mengenai hambatan mendengarkan dapat dikembangkan dengan melibatkan jumlah pasangan yang lebih besar dan beragam serta mengamati interaksi secara langsung, sehingga dinamika mendengarkan dapat dipahami secara lebih mendalam dalam konteks kehidupan pasangan.

DAFTAR PUSTAKA

Arican-Dinc, B., & Gable, S. L. (2023). Responsiveness in romantic partners' interactions. *Current Opinion in Psychology*, *53*, 101652. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101652

Clark, M. S., & Lemay, E. P. (2024). When emotion expression will (and will not) enhance listening and responsiveness. *Current Opinion in Psychology*, *55*, 101695. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101695

Frechette, J., Bitzas, V., Aubry, M., Kilpatrick, K., & Lavoie-Tremblay, M. (2020). Capturing Lived Experience: Methodological Considerations for Interpretive Phenomenological Inquiry. *International Journal of Qualitative Methods*, *19*. https://doi.org/10.1177/1609406920907254

Groenewald, T. (2004). A Phenomenological Research Design Illustrated. *International Journal of Qualitative Methods*, *3*(1), 42–55. https://doi.org/10.1177/160940690400300104

Hyde, J. S. (2005). The gender similarities hypothesis. *American Psychologist*, *60*(6), 581–592. https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.6.581

Itzchakov, G., & Bodie, G. D. (2026). Puzzles of Interpersonal Listening: Conflicting Findings, Theories, and Future Research. *Social and Personality Psychology Compass*, *20*(5), 1–11. https://doi.org/10.1111/spc3.70145

Johnston, M. K., Weaver, J. B., Watson, K. W., & Barker, L. B. (2000). Listening Styles: Biological or Psychological Differences? *International Journal of Listening*, *14*(1), 32–46. https://doi.org/10.1080/10904018.2000.10499034

Kanter, J. B., Lavner, J. A., Lannin, D. G., Hilgard, J., & Monk, J. K. (2022). Does couple communication predict later relationship quality and dissolution? A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, *84*(2), 533–551. https://doi.org/10.1111/jomf.12804

Knutsen, D., & Brunellière, A. (2023). How awareness of each other's mental load affects dialogue. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, *49*(10), 1662–1682. https://doi.org/10.1037/xlm0001274

Koesten, J. (2004). Family communication patterns, sex of subject, and communication competence. *Communication Monographs*, *71*(2), 226–244. https://doi.org/10.1080/0363775052000343417

Korobov, N. (2023). A Discursive Approach to Young Adult Romantic Couples Use of Active Listening to Manage Conflict During Natural Everyday Conversations. *International Journal of Listening*, *37*(3), 227–241. https://doi.org/10.1080/10904018.2022.2082970

Kuhn, R., Bradbury, T. N., Nussbeck, F. W., & Bodenmann, G. (2018). The power of listening: Lending an ear to the partner during dyadic coping conversations. *Journal of Family Psychology*, *32*(6), 762–772. https://doi.org/10.1037/fam0000421

Lee Sargent, S., & Weaver, J. B. (2003). Listening Styles: Sex Differences in Perceptions of Self and others. *International Journal of Listening*, *17*(1), 5–18. https://doi.org/10.1080/10904018.2003.10499052

Markman, H. J., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Ragan, E. P., & Whitton, S. W. (2010). The premarital communication roots of marital distress and divorce: The first five years of marriage. *Journal of Family Psychology*, *24*(3), 289–298. https://doi.org/10.1037/a0019481

Roche, J. M., Zgonnikov, A., & Morett, L. M.

(2021). Cognitive Processing of Miscommunication in Interactive Listening: An Evaluation of Listener Indecision and Cognitive Effort. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, *64*(1), 159–175. https://doi.org/ 10.1044/2020_JSLHR-20-00128

Strand, J. F., Brown, V. A., Merchant, M. B., Brown, H. E., & Smith, J. (2018). Measuring Listening Effort: Convergent Validity, Sensitivity, and Links With Cognitive and Personality Measures. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, *61*(6), 1463–1486. https://doi.org/10.1044/2018_JSLHR-H-17-0257

Tietsort, C. J., Hanners, K. A., Tracy, S. J., & Adame, E. A. (2021). Free Listening: Identifying and evaluating listening barriers through empathic listening. *Communication Teacher*, *35*(2), 129–134. https://doi.org/10.1080/17404622.2020.1851734

Valikoski, T.-R., Ala-Kortesmaa, S., & Kuuluvainen, V. (2023). Relational Listening, Listening Barriers, and Listening Facilitation in Finnish Administrative Care Order Preparation Hearings. *International Journal of Listening*, *37*(1), 26–38. https://doi.org/10.1080/10904018.2021.1986045

Walker, S. A., Pinkus, R. T., Olderbak, S., & MacCann, C. (2024). People with higher relationship satisfaction use more humor, valuing, and receptive listening to regulate their partners' emotions. *Current Psychology*, *43*(3), 2348–2356. https://doi.org/10.1007/s12144-023-04432-4