

Efektivitas *Love Language* dalam Meningkatkan Kepuasan Pernikahan: *Systematic Literature Review*

Norma Hasanatul Magfiroh¹, Elok Halimatus Sa'diyah², Muallifah³

¹ Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

² Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

³ Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

Corresponding Author:

Norma Hasanatul Magfiroh, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia

Email: 230401210018@student.uin-malang.ac.id

Abstract.

Love language is becoming increasingly relevant in efforts to improve family satisfaction, especially in strengthening communication between family members in the midst of increasing divorce rates. Given that understanding and applying love language can strengthen relationships, this study explores the effectiveness of love language in the family context as an effort to create a more harmonious environment. Using a Systematic Literature Review (SLR) approach, this article identifies and analyzes empirical studies from various journals and academic sources published between 2013 and 2023. The 12 journals used are both national and international journals. This study aims to assess the extent to which the application of love language affects family satisfaction, as well as the factors that can affect its effectiveness. The results showed that understanding love language preferences among family members can improve communication and reduce conflict, which in turn strengthens relationship satisfaction. However, its effectiveness varies based on cultural, socioeconomic and age differences. This study suggests the need for a more diverse approach in applying love language to achieve optimal results in various family contexts.

Keywords: Love Language, Family Satisfaction, Family Communication

Abstrak.

Love language menjadi semakin relevan dalam upaya meningkatkan kepuasan keluarga, khususnya dalam memperkuat komunikasi antaranggota keluarga di tengah meningkatnya angka perceraian. Mengingat bahwa pemahaman dan penerapan love language dapat mempererat hubungan, studi ini mengeksplorasi efektivitas love language dalam konteks keluarga sebagai upaya menciptakan lingkungan yang lebih harmonis. Dengan menggunakan pendekatan Systematic Literature Review (SLR), artikel ini mengidentifikasi dan menganalisis studi-studi empiris dari berbagai jurnal dan sumber akademis yang terbit antara 2013 hingga 2023. Jurnal yang digunakan sebanyak 12 jurnal baik jurnal nasional maupun internasional. Penelitian ini bertujuan untuk menilai sejauh mana penerapan love language mempengaruhi kepuasan keluarga, serta faktor-faktor yang dapat mempengaruhi efektivitasnya. Hasil kajian menunjukkan bahwa pemahaman preferensi love language antaranggota keluarga dapat meningkatkan komunikasi dan mengurangi konflik, yang pada akhirnya memperkuat kepuasan hubungan. Namun, efektivitasnya bervariasi berdasarkan perbedaan budaya, sosial ekonomi, dan usia. Penelitian ini menyarankan perlunya pendekatan yang lebih beragam dalam menerapkan love language untuk mencapai hasil yang optimal dalam berbagai konteks keluarga.

Kata kunci: Love Language, Kepuasan Keluarga, Komunikasi Keluarga

PENDAHULUAN

Komunikasi yang efektif dalam keluarga merupakan faktor kunci yang berkontribusi terhadap kepuasan hubungan antar anggota keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa 90% keluarga yang menerapkan komunikasi positif mengalami peningkatan dalam keharmonisan dan kepuasan hubungan (Rochmawati et al., 2022). Salah satu konsep yang telah menjadi populer dalam meningkatkan komunikasi dan kepuasan hubungan keluarga adalah “love language,” yang pertama kali diperkenalkan oleh Dr. Gary Chapman. Menurut studi, penerapan love language dapat mengurangi konflik dan meningkatkan rasa saling memahami di antara anggota keluarga². Dengan meningkatnya angka perceraian di Indonesia, yang mencapai 50% pada tahun 2021, penting untuk mengeksplorasi metode alternatif untuk memperkuat ikatan keluarga (Zhahara, 2023).

Penelitian ini mengkaji bagaimana pola komunikasi dalam keluarga mempengaruhi pengambilan keputusan, khususnya pada remaja. Hasilnya menunjukkan bahwa komunikasi yang baik antara orang tua dan anak sangat penting untuk menciptakan ikatan emosional yang kuat dan mendukung proses pengambilan keputusan yang sehat dalam keluarga. Penelitian ini menekankan bahwa komunikasi yang terbuka dan saling menghargai dapat memperkuat hubungan antar anggota keluarga dan membantu anak merasa lebih terlibat dalam keputusan yang diambil (Latif, 2019). Menurut Rahmayanty et al., (2023) menemukan bahwa komunikasi yang terbuka dan jujur membantu menciptakan lingkungan di mana anggota keluarga merasa didengar dan dihargai, sehingga dapat mengurangi ketegangan dan meningkatkan keharmonisan dalam keluarga. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa keterampilan komunikasi yang baik berkontribusi pada kesejahteraan mental anggota keluarga. Hasil penelitian Amanda & Ramadhana, (2024) menunjukkan bahwa pendekatan komunikasi yang kolaboratif dan inklusif dapat memperkuat hubungan antara orang tua dan anak, serta mendukung perkembangan kemandirian anak. Komunikasi yang efektif di dalam keluarga memungkinkan semua anggota untuk berpartisipasi aktif, sehingga menciptakan suasana yang mendukung pertumbuhan emosional dan sosial anak.

Love language adalah istilah yang merujuk pada cara individu mengekspresikan dan menerima cinta. Konsep ini diperkenalkan oleh Dr. Gary Chapman dalam bukunya “*The Five Love Languages*” pada tahun 1992. Chapman mengidentifikasi lima jenis love language: kata-kata penegasan, tindakan melayani, waktu berkualitas, sentuhan fisik, dan menerima hadiah (Ikhtiono, 2016). Relevansi love language dalam konteks penelitian keluarga terletak pada kemampuannya untuk membantu anggota keluarga memahami preferensi satu sama lain, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang lebih harmonis dan saling mendukung.

Pentingnya love language terletak pada kemampuannya untuk mengurangi kesalahpahaman dalam komunikasi antar anggota keluarga, sehingga setiap individu merasa dihargai dan dicintai dengan cara yang sesuai bagi mereka. Selain itu, penerapan love language dapat meningkatkan keterhubungan emosional antar anggota keluarga, yang berkontribusi pada stabilitas dan kesejahteraan hubungan keluarga secara keseluruhan.

Namun, terdapat perbedaan efektivitas penerapan *love language* di berbagai keluarga. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tidak semua anggota keluarga merespons dengan cara yang sama terhadap jenis love language tertentu, sehingga menciptakan tantangan dalam komunikasi (Zhahara, 2023). Hasil menunjukkan bahwa anak-anak autisme sering kali lebih mengekspresikan kasih sayang melalui *Quality Time* dan *Physical Touch*, sementara orang tua mereka cenderung menggunakan *Acts of Service* dan *Quality Time* (Krisjanto Kusuma & Aulia, 2024). Temuan menunjukkan bahwa pengasuhan berbasis love language dapat meningkatkan kecerdasan emosional anak, tetapi efektivitasnya sangat bergantung pada pemahaman dan penerapan yang konsisten dari orang tua dan guru. Penelitian ini mengidentifikasi beberapa faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan love language, termasuk kebutuhan untuk pelatihan bagi orang dewasa dalam mengenali dan menggunakan love language secara efektif (Fauzan & Delva, 2012). Penelitian ini menunjukkan bahwa keluarga yang memiliki pemahaman yang baik tentang love language cenderung mengalami hubungan yang lebih harmonis. Penelitian ini menekankan pentingnya komunikasi terbuka untuk memahami preferensi masing-masing anggota keluarga (Nurmala Sari, 2023). Oleh karena itu, penting untuk mengkaji penelitian-penelitian yang ada untuk memahami bagaimana love language dapat diterapkan secara efektif di berbagai konteks keluarga.

Tingkat kepuasan pernikahan di Indonesia masih tergolong rendah, dengan banyak pasangan mengalami ketidakpuasan yang signifikan. Penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti komunikasi yang buruk dan perbedaan harapan antara pasangan sering kali berkontribusi terhadap masalah ini. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan pernikahan adalah penerapan love language, di mana pemahaman dan penerimaan cara masing-masing pasangan mengekspresikan cinta dapat mengurangi konflik. Ketika pasangan mampu mengenali dan memenuhi love language satu sama lain, mereka cenderung merasakan hubungan yang lebih harmonis dan saling mendukung (Paramastri Sahara et al., 2022). Oleh karena itu, penting bagi pasangan untuk mengeksplorasi dan memahami love language mereka untuk meningkatkan kepuasan dalam pernikahan.

Kepuasan pernikahan sangat penting dalam sebuah rumah tangga karena berkontribusi pada stabilitas emosional dan kesejahteraan anggota keluarga. Suami istri yang puas dalam pernikahan cenderung memiliki hubungan yang lebih baik, yang berdampak positif pada

pengasuhan anak dan interaksi sosial. Selain itu, kepuasan pernikahan dapat mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesehatan mental bagi kedua pasangan. Hubungan yang harmonis juga berpengaruh pada aspek finansial, di mana pasangan yang bahagia lebih mampu bekerja sama dalam mengelola keuangan keluarga (Zhahara, 2023). Dengan demikian, menjaga kepuasan pernikahan adalah kunci untuk menciptakan lingkungan rumah tangga yang sehat dan bahagia.

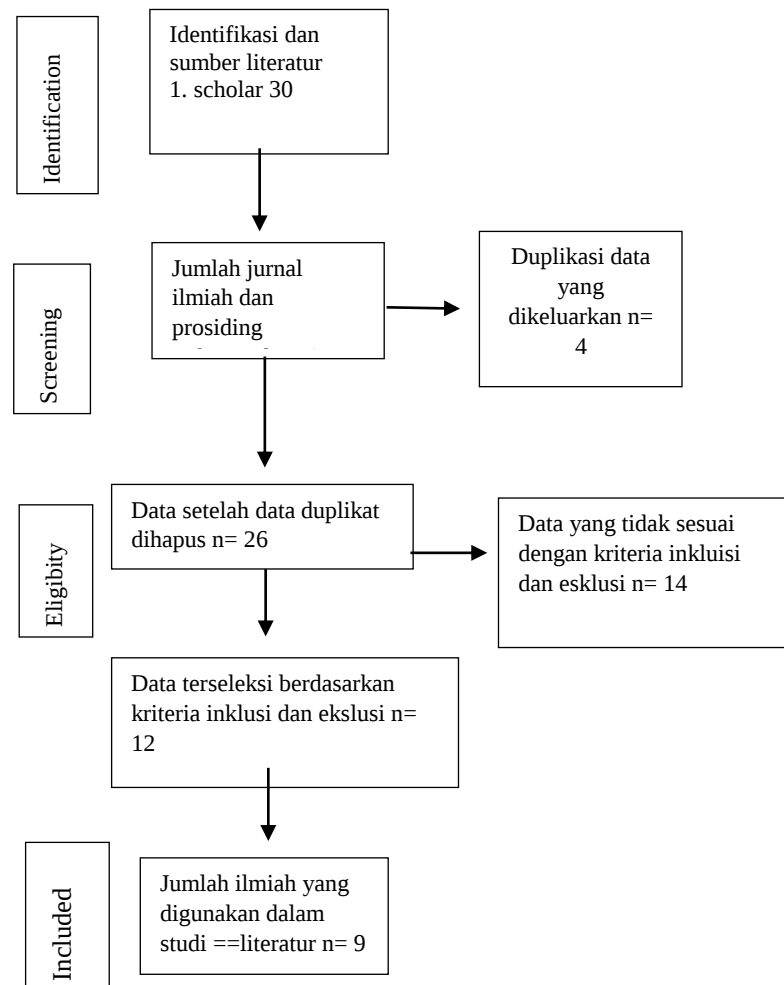
Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melakukan tinjauan literatur sistematis guna menilai efektivitas penggunaan love language dalam meningkatkan kepuasan pernikahan. Dengan menganalisis berbagai studi terdahulu, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru tentang penerapan love language dan dampaknya terhadap keharmonisan serta kepuasan hubungan dalam konteks keluarga.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR), yang merupakan metode sistematis untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan menyintesis semua bukti penelitian yang relevan dengan pertanyaan penelitian tertentu. *Systematic Literature Review* (SLR) adalah sebuah metode penelitian yang digunakan untuk mengacu pada pendekatan sistematis dalam riset dan pengembangan. Metode ini bertujuan untuk mengumpulkan serta mengevaluasi berbagai penelitian yang berkaitan dengan topik tertentu secara terstruktur (Lusiana dan Suryani, 2014). Kriteria inklusi yang diterapkan dalam penelitian ini meliputi: 1) artikel yang diterbitkan dalam jurnal ilmiah atau prosiding; 2) sumber dari database seperti PubMed, Google Scholar, dan Scopus; 3) akses penuh terhadap artikel; 4) publikasi dalam bahasa Inggris atau bahasa Indonesia; 5) tahun publikasi antara 2013 hingga 2023; dan 6) artikel yang membahas penerapan love language dalam konteks keluarga. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup artikel yang tidak dapat diakses secara penuh dan studi yang tidak relevan dengan topik utama.

Proses seleksi literatur dilakukan melalui beberapa tahapan. Pertama, identifikasi dilakukan dengan mencari artikel menggunakan kata kunci seperti “*love language*”, “*marital satisfaction*”, dan “*communication in families*” pada database yang telah disebutkan. Tahap kedua adalah screening, di mana judul dan abstrak artikel diperiksa untuk memastikan relevansi dengan kriteria inklusi. Setelah itu, dilakukan *filtering & assessment* untuk menilai kualitas dan kesesuaian artikel yang terpilih. Akhirnya, pada tahap pemilihan akhir, artikel yang memenuhi semua kriteria akan dipilih untuk dianalisis lebih lanjut. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dan tematik, yang bertujuan

untuk mengelompokkan hasil penelitian berdasarkan tema-tema utama terkait efektivitas penerapan love language dalam meningkatkan kepuasan pernikahan.



Gambar 1. Gambar *Systematic Literature Review*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam tinjauan literatur ini, sebanyak 12 studi yang relevan diikutsertakan, terdiri dari berbagai jenis penelitian, termasuk studi kuantitatif, kualitatif, dan campuran. Dari jumlah tersebut, 7 studi merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan survei untuk mengumpulkan data dari responden tentang penerapan love language dalam keluarga. Sementara itu, 5 studi kualitatif menggunakan wawancara mendalam dan observasi untuk memahami pengalaman individu terkait love language dalam konteks hubungan keluarga. Dua studi lainnya merupakan penelitian campuran yang menggabungkan kedua pendekatan tersebut untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang tema ini. Keberagaman jenis studi ini memungkinkan analisis yang lebih luas dan mendalam mengenai efektivitas love language dalam meningkatkan kepuasan keluarga.

Tabel 1. Pemetaan Hasil Telaah Literature Review

No	Judul	Penulis	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	Influence Of Language On Marital Satisfaction Among Couples In Intercultural Marriages, Kiambu County, Kenya	Chomba, Zipporah Nduta Kiarie, J Njani, Elizabeth	kuantitatif	Pengaruh Positif pada Kepuasan Pernikahan Studi di Kiambu County, Kenya, menemukan bahwa penggunaan bahasa cinta memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan
2	Walking the walk, talking the talk: Love languages, self-regulation, and relationship satisfaction	Bunt, Selena Hazelwood, Zoe J	kuantitatif	Peran Regulasi Diri Penelitian lain menunjukkan bahwa keselarasan dalam preferensi bahasa cinta antara pasangan berkontribusi pada kepuasan hubungan.
3	The Mediating Role of Five Love Languages between Differentiation of Self and Marital Satisfaction	Ince, Sanel Işık, Erkan	kuantitatif	setiap individu dapat mengekspresikan cintanya sesuai preferensi masing-masing tanpa kehilangan identitas diri
4	Affection preference, enactment, and relationship satisfaction: A dyadic analysis of love languages.	Coy, A Rodriguez, Lindsey M	kuantitatif	Temuan menunjukkan bahwa membantu klien memahami preferensi mereka sendiri dan pasangan mereka untuk ekspresi kasih sayang, dapat mengurangi bias dan mengarah pada ekspresi kasih sayang yang lebih disukai pasangan dan, pada akhirnya, kepuasan hubungan yang lebih besar.
5	Differences in Love Attitudes across Family Life Stages.	Montgomery, Marilyn J Sorell, G	kualitatif	Temuan lain mengindikasikan bahwa komunikasi yang didasarkan pada love language dapat mengurangi konflik dan meningkatkan rasa saling menghargai di antara anggota keluarga, sehingga menciptakan lingkungan yang lebih harmonis
6	Love Stories: How Language Use Patterns Vary by Relationship Quality	Robinson, Michael D Persich, Michelle R Sjoblom-Schmidt, Simona Penzel, Ian B	kuantitatif	Secara keseluruhan, penelitian ini memperluas pengetahuan kami tentang faktor-faktor linguistik yang membedakan hubungan berkualitas tinggi dari yang kurang fungsional.
7	The Distribution of Chapman's Love Languages in Couples: An Exploratory Cluster Analysis	Bland, Andrew M McQueen, Kand S	kuantitatif	ditemukan bahwa keempat profil cocok dan bervariasi secara statistik signifikan. Hubungan antara solusi empat cluster dan tingkat kepuasan relasional global yang dilaporkan pasangan (sebagaimana diukur dengan Skala Kepuasan Perkawinan Kansas yang Direvisi) juga dinilai.
8	Adaptation of the Five Love Language Scale to Turkish Language	Dincyurek, Sibel Ince, Sanel	kualitatif	diasumsikan bahwa pengetahuan tentang bahasa cinta individu, faktor-faktor yang berkembang terkait dengan kepuasan harmoni pernikahan dan melakukan penelitian baru akan meningkatkan kepuasan hidup dan kebahagiaan dalam pernikahan
9	I love the way you love me: Responding to partner's love language preferences boosts satisfaction in romantic heterosexual couples	Mostova, Olha Stolarski, M Matthews, G	kuantitatif	Tingkat ketidakcocokan dalam pasangan dihitung secara terpisah untuk setiap individu berdasarkan perbedaan antara perasaan orang tersebut (lebih disukai) dan bahasa cinta yang diungkapkan pasangan mereka.

No	Judul	Penulis	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
10	Love Language Di Dalam Keluarga (Studi Fenomenologi Komunikasi Antara Anak Dan Orang Tua)	Zhahara, Irene	kualitatif	terjadinya hubungan timbal balik, membentuk hubungan yang baik, untuk menyemangati, mengerti perasaan orang lain, dan memenuhi kebutuhan. Love language juga dapat menjadi motivasi untuk berkomunikasi dengan anak atau orang tua agar dapat terciptanya hubungan yang lebih erat.
11	Pentingnya Komunikasi Untuk Mengatasi Problematika Yang Ada Dalam Keluarga	Rahmayanty, Dinny Simar, Simar Thohiroh, Nazila Syifa Permadi, Kimas	kualitatif	Dengan meningkatkan keterampilan komunikasi, keluarga dapat menciptakan lingkungan yang lebih harmonis dan mendukung, yang berkontribusi pada kesejahteraan keluarga secara keseluruhan.
12	Komunikasi Love Language Anak Autisme dengan Orang Tua	Krisjanto Kusuma, Angelina Maria Aulia, Sisca	kualitatif	Hasil menunjukkan bahwa Bahasa Cinta yang paling umum digunakan dari anak-anak ke orang tua adalah Waktu Berkualitas (menghabiskan waktu bersama) dan Sentuhan Fisik (kontak fisik).

Tabel selanjutnya menyajikan pemetaan demografi dari berbagai penelitian yang membahas karakteristik pasangan dan keluarga di berbagai lokasi. Data dalam tabel ini mencakup informasi mengenai peneliti dan tahun publikasi, lokasi penelitian, karakteristik pasangan atau keluarga yang diteliti, serta latar belakang sosial dan budaya yang melatarbelakangi penelitian tersebut berdasarkan 12 artikel yang menjadi sumber penelitian. Dengan adanya pemetaan ini, dapat diperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai bagaimana faktor lokasi dan latar belakang budaya memengaruhi dinamika hubungan yaitu kepuasan pernikahan dalam berbagai konteks masyarakat.

Tabel 2. Pemetaan Demografi

No	Peneliti dan tahun	Lokasi	Karakteristik	Latar belakang
1	Chomba et al. (2023)	Kiambu County, Kenya	Pasangan dalam pernikahan antarbudaya	Multikultural (pernikahan campuran antara berbagai suku di Kenya)
2	Bunt & Hazelwood (2017)	Amerika Serikat	Pasangan muda perkotaan	Modern/Urban
3	Ince & Işık (2021)	Turki	Pasangan menikah dari berbagai kelompok usia	Tradisional-Modern (campuran)
4	Coy & Rodriguez (2023)	Amerika Serikat	Pasangan heteroseksual	Urban/Suburban Amerika
5	Montgomery & Sorell (1997)	Amerika Serikat	Keluarga multi-generasi	Keluarga tradisional dan modern Amerika
6	Mostova et al. (2022)	Eeropa	Pasangan heteroseksual romantis	Modern Eropa
7	Zhahara (2023)	Indonesia	Keluarga dengan anak remaja-dewasa	Tradisional Indonesia
8	Dincyurek & Ince (2018)	Turki	Pasangan menikah urban	Urban Turki modern
9	Bland & McQueen (2018)	Amerika Serikat	Pasangan dari berbagai latar belakang	Multikultural Amerika

Pengaruh Positif pada Kepuasan Pernikahan Studi di Kiambu County, Kenya, menemukan bahwa penggunaan bahasa cinta memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kepuasan pernikahan(Chomba et al., 2023). Peningkatan dalam penerapan bahasa cinta oleh pasangan secara langsung berkorelasi dengan meningkatnya kepuasan pernikahan yang mereka rasakan. Peran Regulasi Diri Penelitian lain menunjukkan bahwa keselarasan dalam preferensi bahasa cinta antara pasangan berkontribusi pada kepuasan hubungan. Namun, faktor regulasi diri juga berperan penting, terutama pada wanita. Kemampuan untuk mengatur emosi dan ekspektasi saat bahasa cinta pasangan berbeda dapat menjadi kunci dalam menjaga hubungan tetap harmonis dan memuaskan(Bunt & Hazelwood, 2017). Mediasi Bahasa Cinta Beberapa komponen bahasa cinta, seperti sentuhan fisik, kata-kata afirmasi, waktu berkualitas, dan menerima hadiah, diketahui berperan sebagai mediator dalam meningkatkan kepuasan pernikahan. Komponen-komponen ini membantu meningkatkan kedekatan emosional melalui diferensiasi diri, di mana setiap individu dapat mengekspresikan cintanya sesuai preferensi masing-masing tanpa kehilangan identitas diri(Ince & Işık, 2021). Pemahaman Preferensi Pasangan Pemahaman yang akurat tentang preferensi bahasa cinta pasangan dikaitkan dengan tingkat kepuasan hubungan yang lebih tinggi. Kesalahan atau bias dalam memahami preferensi bahasa cinta pasangan dapat menghambat ekspresi kasih sayang, sehingga menurunkan kepuasan dalam hubungan(Coy & Rodriguez, 2023).Misalnya, satu studi menunjukkan bahwa 75% responden merasa lebih bahagia dalam hubungan mereka setelah memahami dan menerapkan love language pasangan mereka. Temuan lain mengindikasikan bahwa komunikasi yang didasarkan pada love language dapat mengurangi konflik dan meningkatkan rasa saling menghargai di antara anggota keluarga, sehingga menciptakan lingkungan yang lebih harmonis(Montgomery & Sorell, 1997).

Efektivitas penerapan love language atau bahasa cinta dalam keluarga tidaklah seragam dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk perbedaan budaya, latar belakang sosial ekonomi, serta karakteristik personal anggota keluarga. Robinson et al. (2019) menemukan bahwa faktor-faktor seperti budaya dan status sosial ekonomi memainkan peran penting dalam cara individu mengekspresikan dan menerima kasih sayang. Misalnya, dalam budaya yang lebih tradisional, ekspresi cinta cenderung diwujudkan melalui tindakan melayani daripada melalui sentuhan fisik atau kata-kata afirmasi, yang lebih umum dalam budaya Barat.

Studi yang dilakukan di Indonesia menunjukkan bahwa karakter pasangan dan waktu yang dihabiskan bersama menjadi faktor kunci dalam penerapan bahasa cinta yang efektif. Hal ini menunjukkan bahwa konteks sosial dan budaya turut membentuk preferensi bahasa cinta setiap individu dalam keluarga (Bland & McQueen, 2018). Dalam penelitian lainnya, Trivette et al. (2020) menunjukkan bahwa pasangan yang saling memahami bahasa cinta satu sama lain

cenderung memiliki komunikasi yang lebih baik dan hubungan yang lebih harmonis. Selain itu, ketika setiap anggota keluarga memahami preferensi bahasa cinta satu sama lain, peluang untuk terjadinya kesalahpahaman berkurang, sehingga memperkuat kedekatan emosional dalam keluarga.

Pentingnya pengetahuan mengenai bahasa cinta masing-masing anggota keluarga juga ditekankan dalam berbagai studi. Bland & McQueen (2018) menegaskan bahwa ketika anggota keluarga mampu mengenali dan mengekspresikan cinta sesuai dengan preferensi orang lain, hubungan keluarga menjadi lebih kuat dan konflik menjadi lebih sedikit. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan bahasa cinta tidak hanya bergantung pada ekspresi individual, tetapi juga pada keselarasan dan pemahaman bersama dalam keluarga. Dengan kata lain, semakin baik pemahaman antaranggota keluarga mengenai preferensi bahasa cinta masing-masing, semakin besar pula potensi terciptanya komunikasi yang positif dan efektif.

Namun, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Beberapa studi menunjukkan perbedaan hasil terkait efektivitas love language di antara kelompok demografis yang berbeda (Dincyurek & Ince, 2018). Misalnya, satu penelitian menemukan bahwa sementara pasangan muda menunjukkan respons positif terhadap penerapan love language, pasangan yang lebih tua tidak merasakan dampak yang sama (Mostova et al., 2022). Selain itu, potensi bias dalam pengumpulan data juga dapat memengaruhi interpretasi hasil; misalnya, responden mungkin memberikan jawaban yang diharapkan atau sosial yang diinginkan daripada jawaban yang jujur. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan metodologis yang lebih hati-hati dalam penelitian selanjutnya.

Implikasi dari temuan ini sangat penting untuk praktik nyata dalam dinamika keluarga. Para konselor keluarga dan profesional terkait dapat menggunakan pemahaman tentang love language untuk membantu klien mereka memperbaiki komunikasi dalam hubungan mereka. Dengan memahami bahasa cinta masing-masing anggota keluarga, konselor dapat memberikan strategi konkret untuk meningkatkan interaksi positif dan menyelesaikan konflik (Noller, 1996). Selain itu, temuan ini juga relevan bagi program pendidikan keluarga dan pelatihan komunikasi, di mana individu diajarkan cara mengenali dan menggunakan love language untuk memperkuat ikatan emosional (Coy & Rodriguez, 2023).

Secara keseluruhan, tinjauan literatur ini menyoroti pentingnya penerapan love language dalam meningkatkan kepuasan keluarga. Meskipun ada keterbatasan dan perbedaan hasil di antara studi-studi yang ada, temuan menunjukkan bahwa pemahaman dan penerapan love language dapat menjadi alat yang efektif untuk menciptakan hubungan keluarga yang lebih harmonis. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi bagaimana faktor-faktor

seperti budaya dan usia mempengaruhi efektivitas love language serta untuk mengembangkan pendekatan berbasis bukti dalam praktik konseling keluarga.

Dengan demikian, penting bagi setiap anggota keluarga untuk berusaha memahami bahasa cinta satu sama lain agar dapat menciptakan lingkungan rumah tangga yang penuh kasih sayang dan saling menghargai. Melalui pemahaman ini, diharapkan hubungan antar anggota keluarga dapat terjalin dengan lebih baik, sehingga meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, temuan dari tinjauan literatur sistematis ini menunjukkan bahwa penerapan konsep “*love language*” memiliki potensi besar untuk meningkatkan kepuasan dalam hubungan keluarga yaitu keuasan pernikahan. Berbagai penelitian yang dianalisis menunjukkan bahwa pemahaman yang lebih baik mengenai preferensi bahasa cinta masing-masing anggota keluarga dapat memperkuat komunikasi, membangun kedekatan emosional, dan meminimalkan konflik. Dengan kata lain, “*love language*” dapat menjadi alat yang efektif untuk menciptakan hubungan keluarga yang lebih harmonis dan memuaskan. Meskipun hasil yang diperoleh menunjukkan potensi positif, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengatasi keterbatasan studi-studi sebelumnya. Penelitian longitudinal dapat memberikan wawasan tentang perubahan dalam kepuasan keluarga dari waktu ke waktu, serta bagaimana penerapan bahasa cinta mempengaruhi dinamika keluarga dalam jangka panjang. Selain itu, studi dengan sampel yang lebih beragam, baik dari segi budaya, usia, maupun status sosial ekonomi, akan memperkaya pemahaman tentang efektivitas bahasa cinta dalam konteks yang berbeda.

Bagi keluarga dan profesional, penting untuk mengintegrasikan pemahaman tentang “*love language*” dalam kehidupan sehari-hari guna mendukung hubungan yang lebih harmonis. Keluarga dapat memulai dengan berbicara terbuka mengenai preferensi bahasa cinta masing-masing anggota keluarga, serta berusaha untuk mengekspresikan kasih sayang sesuai dengan cara yang paling berarti bagi setiap individu. Profesional, seperti konselor keluarga atau psikolog, dapat memanfaatkan konsep ini dalam sesi konseling untuk membantu pasangan atau keluarga meningkatkan komunikasi dan memperkuat ikatan emosional mereka. Penulis juga menyarankan sebuah kegiatan yang bertajuk “Hari Kasih Sayang” guna mengekspresikan segala bentuk cinta dalam sebuah pernikahan di keluarga.

REFERENSI

Amanda, F. G., & Ramadhana, M. R. (2024). Penerapan Komunikasi Keluarga Efektif dalam Kemandirian Intelektual Anak Berkebutuhan Khusus Tunagrahita di Yayasan SLB C Terate. ... *Informasi Dan Komunikasi*, 8(4), 2–6.

- Bunt, S., & Hazelwood, Z. J. (2017). Walking the walk, talking the talk: Love languages, self-regulation, and relationship satisfaction. *Personal Relationships*, 24, 280. <https://doi.org/10.1111/pere.12182>
- Chomba, Z. N., Kiarie, J., & Njani, E. (2023). Influence Of Language on Marital Satisfaction Among Couples in Intercultural Marriages, Kiambu County, Kenya. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*. <https://doi.org/10.35631/ijepc.850007>
- Coy, A., & Rodriguez, L. M. (2023). Affection preference, enactment, and relationship satisfaction: A dyadic analysis of love languages. *Journal of Marital and Family Therapy*. <https://doi.org/10.1111/jmft.12655>
- Dincyurek, S., & Ince, S. (2018). Adaptation of the Five Love Language Scale to Turkish Language. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14, 1999–2008. <https://doi.org/10.29333/EJMSTE/85866>
- Ikhtiono, G. (2016). Al-Qur'an dan Implementasi Pendidikan Karakter Kewarganegaraan. *Jurnal Tarbiyah*, Vol. 13(2, Juli-Desember), 169–186.
- Ince, S., & Işık, E. (2021). The Mediating Role of Five Love Languages between Differentiation of Self and Marital Satisfaction. *The American Journal of Family Therapy*, 50, 407–423. <https://doi.org/10.1080/01926187.2021.1930607>
- Krisjanto Kusuma, A. M., & Aulia, S. (2024). Komunikasi Love Language Anak Autisme dengan Orang Tua. *Koneksi*, 8(1), 122–131. <https://doi.org/10.24912/kn.v8i1.27596>
- Latif, A. (2019). *Pola Komunikasi Keluarga Dalam Pengambilan Keputusan Perkawinan Usia Remaja (Studi di Desa Lempuh Kecamatan Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues)*. 1–82.
- Lusiana dan M. Suryani. (2014). *Metode SLR untuk Mengidentifikasi Isu-Isu dalam Software Engineering*. SATIN (Sains dan Teknol. Informasi), vol. 3, no. 1.
- Montgomery, M. J., & Sorell, G. (1997). Differences in Love Attitudes across Family Life Stages. *Family Relations*, 46, 55–61. <https://doi.org/10.2307/585607>
- Mostova, O., Stolarski, M., & Matthews, G. (2022). I love the way you love me: Responding to partner's love language preferences boosts satisfaction in romantic heterosexual couples. *PLoS ONE*, 17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0269429>
- Noller, P. (1996). What is this thing called love? Defining the love that supports marriage and family. *Personal Relationships*, 3, 97–115. <https://doi.org/10.1111/J.1475-6811.1996.TB00106.X>
- Rahmayanty, D., Simar, S., Thohiroh, N. S., & Permadi, K. (2023). Pentingnya Komunikasi Untuk Mengatasi Problematika Yang Ada Dalam Keluarga. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(6), 28–35. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i6.20180>
- Rochmawati, R., Lestari, D., & Darmawanti, I. (2022). Hubungan Antara Love languages dengan Kepuasan Hubungan Pernikahan The Relationship Between Love Languages and Marital Satisfaction. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(01), 260–273.
- Zhahara, I. (2023). Love Language Di Dalam Keluarga (Studi Fenomenologi Komunikasi antara Anak dan Orang Tua). *Inter Komunika Jurnal Komunikasi*, 8(December), 1–19.