

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar belakang**

Menurut Erikson (dalam Papalia, Olds & Feldman, 2008) setiap individu akan melalui tahapan dan tugas perkembangan, salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi adalah tahapan usia dewasa awal yakni kedekatan dengan orang lain (*intimacy*) dan berusaha menghindari sikap menyendiri (*isolation*). Selain itu, manusia diciptakan sebagai makhluk sosial yang memiliki keinginan untuk selalu menjalin hubungan dengan orang lain. Hubungan dengan orang lain menimbulkan sikap saling ketergantungan yang akan memengaruhi kehidupan pasangan kelak. Salah satu bentuk hubungan yang paling kuat tingkat ketergantungannya adalah hubungan suami istri dalam kehidupan pernikahan. Menurut Santrock (2009) pernikahan adalah penyatuan dua sifat atau kepribadian yang unik dengan membawa watak masing-masing berdasarkan latar belakang budaya serta pengalaman. Hal ini menjadikan pernikahan bukanlah cuma sekedar bersatunya dua individu, tetapi lebih pada persatuan dua sistem keluarga secara keseluruhan dan pembangunan sebuah sistem yang baru.

Pernikahan merupakan sesuatu yang sakral dan dapat menentukan kemana arah tujuan hidup seseorang, sehingga sepasang pria dan wanita yang memutuskan untuk menikah harus siap secara mental dan juga fisik. Sepasang suami dan istri memiliki pribadi yang berbeda sehingga perbedaan tersebut membuat pasangan suami istri harus mampu beradaptasi satu sama lain demi

menghindari permasalahan keluarga yang dapat menimbulkan perpisahan (Mansur & Budiarti, 2014).

Akhir-akhir ini fenomena perubahan dunia semakin tampak di kalangan masyarakat, yang ditandai adanya arus globalisasi yang cenderung merubah kebiasaan dan tingkah laku yang menjadikan ciri khas dari kehidupan manusia, termasuk keluarga. Tuntutan pekerjaan atau ekonomi yang semakin tinggi untuk biaya kehidupan berumah tangga memaksa pasangan suami isteri berjauhan untuk memenuhi kebutuhan keluarganya. Hubungan suami-istri jarak jauh biasanya rentan akan terjadinya konflik. Beberapa kondisi yang dihadapi oleh suami-istri jarak jauh yaitu keterbatasan waktu untuk bertemu, komunikasi yang tidak lancar, serta riskan terjadinya kesalahpahaman dan permasalahan lainnya. Scott (dalam Rini, 2008) menyatakan bahwa hubungan suami-istri jarak jauh merupakan tipe yang cenderung tidak stabil, tidak sukses bahkan cenderung bercerai. Permasalahan yang muncul misalnya rasa tidak percaya terhadap pasangan, kecemburuan, rasa rindu dan ingin segera bertemu serta persoalan lainnya. Kondisi hubungan jarak jauh tersebut membuat individu kurang memiliki waktu untuk melakukan interaksi secara langsung setiap hari. Akibat dari kondisi tersebut adalah mereka belum mampu mengenali kebiasaan dan sifat pasangan yang sesungguhnya. Hal itu biasanya dapat diperoleh melalui interaksi yang intensif sebagaimana pasangan yang tinggal serumah.

Menurut Dewi (2008) realitas di masyarakat menunjukkan bahwa tidak semua pasangan suami isteri memiliki pola hubungan yang sama. Ada pasangan suami isteri yang setelah menikah harus tinggal terpisah, entah disebabkan oleh

tuntutan pekerjaan dan tugas studi yang harus diselesaikan maupun oleh tuntutan pekerjaan dan tugas yang mengharuskan mereka hidup terpisah dengan pasangannya. Pada pasangan suami istri yang tinggal terpisah, tingkat kecurigaan dan kecemburuan akan lebih tinggi mengitari kedua belah pihak.

Menurut Mainnes (dalam Arida, 2011) pernikahan jarak jauh dimana sang suami bekerja di kapal pesiar diperlukan kepercayaan, kejujuran, kesetiaan dan komitmen. Pendapat Farris (dalam Arida, 2011) juga menyatakan bahwa hal-hal penting yang sangat diperlukan dalam pernikahan jarak jauh adalah kepercayaan, dukungan dari pasangan, komitmen yang kuat, serta komunikasi yang terbuka antara pasangan. Apabila salah satu dari pasangan tersebut mulai tidak percaya dan tidak jujur maka pasangannya merasa tidak aman dan tidak nyaman (Asmarina dan Lestari, 2017).

Pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*) atau oleh Jones, Tepperman & Wilson (dalam Margiani & Ekayati, 2013) menyebutnya sebagai *commuter marriage* adalah pernikahan antara pasangan suami istri yang tinggalnya terpisah. Menurut Torsina (dalam Margiani & Ekayati, 2013) pernikahan jarak jauh adalah pernikahan yang karena alasan khusus menyebabkan pasangan suami istri tidak bisa tinggal serumah. Pendapat Maines (dalam Margiani & Ekayati, 2013) menjelaskan bahwa pernikahan jarak jauh adalah pernikahan terpisah antara suami dengan istri yang didasari atas komitmen sebelum pernikahan karena tuntutan karier atau pekerjaan.

Berdasarkan survey di Amerika Serikat hubungan pernikahan jarak jauh atau yang biasa disebut dengan pernikahan jarak jauh dalam rentang waktu beberapa tahun belakangan meningkat sebanyak 23% (Qomariyah, 2015). Dengan kata lain, pernikahan jarak jauh semakin banyak terjadi. Pernikahan jarak jauh dapat terjadi akibat tuntutan karier dan pekerjaan, tuntutan studi, komitmen awal pernikahan ataupun kebutuhan lainnya. Berbagai penyebab terjadinya pernikahan jarak jauh memunculkan juga pola hubungan keluarga dan status pernikahan yang berbeda yang berdampak pada kondisi kesejahteraan psikologis tiap anggota keluarga tersebut. Seperti hasil penelitian Kim (dalam Nanik, Putri & Hariani, 2016) dimana status pernikahan dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Status pernikahan atau menikah menunjukkan tingkat PWB yang lebih tinggi dibandingkan kelompok yang memiliki status pernikahan lain (janda/duda, bercerai, dan belum menikah).

Sejumlah pemberitaan yang berada di beberapa situs online terkait fenomena long distance marriage di Indonesia, dimana sepanjang tahun 2013 terdapat sebanyak 13 artikel dan sepanjang tahun 2014 adalah sebanyak 20 artikel. Fenomena pada keluarga yang menjalani long distance marriage tentu akan mengalami banyak perubahan terhadap fungsi-fungsi pokok pada keluarganya. Perubahan fungsi pokok ini tentu saja akan membawa implikasi pada keutuhan rumah tangga pasangan long distance marriage tersebut. Tuntutan demi tuntutan yang wajib dipenuhi oleh pasangan suami istri yang berhubungan jarak jauh terkadang akan sulit terpenuhi tidak seperti layaknya sepasang suami istri yang tinggal satu atap (Nurinda, 2019).

Kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989) adalah kemampuan seseorang dalam berkomunikasi yang baik dengan orang, menerima diri apa adanya, beradaptasi dengan lingkungan, mengendalikan lingkungan sekitar, menentukan tujuan hidup, dan merealisasikan potensi yang dimilikinya dengan berkelanjutan. Kemampuan tersebut dapat dimaksimalkan apabila seseorang mampu memfokuskan dirinya pada aktualisasi diri, pengakuan terhadap diri sendiri dan merealisasikan potensi sehingga dapat berfungsi dengan baik dan tercapainya kebahagiaan. Aspek Kesejahteraan Psikologis menurut Ryff (1989) ada enam yaitu : penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi.

Penelitian kesejahteraan psikologis dilakukan pertama kali oleh Ryff tahun 1989. Ryff (1989) menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Individu dapat berkembang sebagai manusia seutuhnya sehingga memberikan manfaat bagi lingkungannya. Semakin tinggi kesejahteraan psikologis seseorang, tantangan yang dihadapinya akan berubah menjadi kesempatan dalam menunjukkan aktualisasi dirinya (Ilhamuddin, Muslihati & Handarini, 2017).

Suami-isteri dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis apabila ia merasa bahagia secara afektif dan puas dengan kehidupannya secara kognitif. Konsep keluarga bahagia pada kajian ini tidak ditekankan pada ketidakpunyaan dari sisi ekonomi yang dialami, namun bergantung pada bagaimana anggota keluarga menyikapi dan menyelesaikan masalah yang dihadapinya (Suwartini dan Casmini, 2019).

Menjalani hubungan jarak jauh tentunya membutuhkan banyak sekali pertimbangan yang harus dipikirkan, dari segi komunikasi misalnya. Jika antar keduanya tidak bisa saling menjaga komunikasi dengan baik maka permasalahan semacam ini akan dapat menimbulkan adanya konflik yang dapat menyebabkan hubungan akan berakhir di tengah jalan, atau bahkan resiko yang paling terburuk adalah dapat memicu terjadinya perselingkuhan. Proses komunikasi yang terjalin secara langsung saja masih sangat rentan dapat menimbulkan konflik apabila tidak dalam satu pemahaman, sedangkan pasangan pernikahan jarak jauh harus melakukan hubungan sosial melalui komunikasi tidak langsung atau melalui semacam media seperti whatsapp, line dan lain sebagainya, dengan komunikasi yang baik bisa menimbulkan hubungan yang positif dengan orang lain (Nurinda, 2019). Hubungan positif dengan orang lain bisa mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang, kesejahteraan psikologis seseorang dikatakan tinggi ketika dapat percaya dan bersikap hangat dalam menjalin hubungan dengan orang lain, mempunyai afeksi, memiliki keintiman dengan orang lain.

Berdasarkan dari fenomena-fenomena di atas serta penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, maka peneliti menemukan rumusan masalah yang akan diajukan yakni “Bagaimana kesejahteraan psikologis istri yang menjalani pernikahan jarak jauh?”. Dengan uraian tersebut, maka peneliti tertarik ingin melakukan penelitian dengan judul ***“Kesejahteraan psikologis pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh”***

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami dan mendeskripsikan kesejahteraan psikologis pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **Manfaat teoritis**

Hasil penelitian tentang pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*) ini diharapkan dapat menambah informasi dalam ilmu Psikologi Sosial tentang kesejahteraan pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh.

### **Manfaat praktis**

Hasil penelitian tentang pernikahan jarak jauh ini diharapkan mampu menjadi acuan pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh namun tetap memiliki tingkat kesejahteraan yang kuat antar pasangan sehingga tetap dapat mempertahankan pernikahannya.

a. Bagi istri yang menjalani pernikahan jarak jauh

Diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh

b. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan sebagai bahan acuan atau bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian selanjutnya terkait kesejahteraan psikologi pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh.