

## PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 mengharuskan masyarakat untuk melakukan *physical distancing* dan *self-quarantine* untuk menghentikan penyebaran virus corona yang semakin hari terus bertambah. Hampir seluruh sektor sosial, budaya, ekonomi maupun pendidikan turut terdampak oleh pandemi ini. Virus ini diketahui pertama kali muncul di Wuhan, China. Kemunculan virus ini kemudian dinyatakan sebagai situasi pandemi oleh Direktur Jenderal WHO, Tedros Ghebreyesus di Jenewa, Swiss pada 11 Maret 2020 (Elvina, 2020). Pemerintah Republik Indonesia mengeluarkan Peraturan Pemerintah (PP) No. 2 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19) dan Keputusan Presiden Republik Indonesia No. 11 Tahun 2020 tentang Penetapan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat Corona Virus Disease 2020 (Covid-19). Perubahan demi perubahan yang diakibatkan oleh pandemi ini menimbulkan dampak secara fisik maupun psikologis. Qiu, Shen, Zhao, Wang, Xie, dan Xu (2020) menyatakan bahwa sejumlah 35% dari total 52.730 responden mengalami distress psikologis.

Kondisi pandemi ini secara tidak langsung berdampak pada banyak keluarga dan pasangan menikah yang terpaksa menjalani pernikahan jarak jauh karena pasangannya yang sedang bekerja atau menempuh pendidikan di wilayah lain. Menurut Pistole (2010) hubungan jarak jauh adalah ketika pasangan memilih untuk hidup dan tinggal di lokasi yang berbeda secara geografis untuk mencapai tujuan dalam hal karir atau pendidikan. Pembatasan aktivitas masyarakat dan larangan bepergian oleh pemerintah memaksa para pasangan menikah tersebut untuk mengurangi intensitas dalam bertemu dan berinteraksi secara langsung seperti biasa. Hal ini membuat pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh cenderung memiliki pola kehidupan yang berbeda dengan pasangan pada umumnya. Mereka akan berkomunikasi dan berinteraksi secara tidak langsung serta terjadwal sesuai dengan kegiatannya masing-masing.

Keadaan berpisah tempat tinggal ini menyebabkan individu mengalami berbagai kondisi psikologis yang dirasakan seperti stres, merasa kesepian, cemas, emosi yang kurang

stabil, dan ragu terhadap pasangan (Stafford dalam Ramdhini dan Hendriani, 2015). Terlebih lagi mereka tidak mengetahui bagaimana pola hidup serta keadaan kesehatan pasangannya saat terpisahkan oleh jarak, sedangkan informasi media mengenai ancaman penularan Covid-19 yang terus bertambah menimbulkan kekhawatiran dan kecemasan. Selama pandemi Covid-19, pada sampel masyarakat Indonesia menunjukkan 7,6% mengalami kecemasan yang tinggi. Perempuan cenderung lebih cemas dibandingkan dengan laki-laki (Rinaldi dan Yuniasanti, 2020)

Pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh cenderung kehilangan banyak waktu untuk membangun keintiman dan kelekatan mereka, di mana hal itu dapat memicu munculnya masalah-masalah dalam hubungan pernikahan. Menurut Suwartini dan Casmini (2019), jika suami-isteri dihadapkan dengan permasalahan karena adanya jarak dalam rumah tangga mereka, dapat dikatakan sebagai keluarga yang belum sejahtera secara psikologis. Berdasarkan penelitian oleh Sandow dan Westin (2010), ditemukan bahwa pasangan jarak jauh ini memiliki 40% risiko lebih tinggi mengalami perceraian daripada pasangan pada umumnya. Maka dari itu, kelekatan diperlukan agar intimasi dapat terjalin lebih erat. Dengan kelekatan yang erat, individu dapat memiliki intimasi di awal hubungan dan bahkan saat hubungan sudah lama terjalin (Agusdwitanti dan Tambunan, 2015).

Sebelum masa pandemi Covid-19 dimulai, banyak pasangan yang kembali ke rumah dan menyempatkan untuk berkumpul dengan keluarga beberapa waktu secara rutin. Namun mengingat penyebaran virus yang begitu cepat, hal itu kini sulit dilakukan karena adanya masa karantina, PSBB, serta tidak diizinkan masyarakat untuk melakukan perjalanan kecuali menyertakan surat bebas Covid-19 oleh pemerintah. Selain itu, pasangan jarak jauh juga membutuhkan banyak biaya jika dibandingkan dengan pasangan satu atap, misalnya biaya transportasi dengan biaya *swab test/rapid test* (jika dibutuhkan) untuk pulang ke rumah dan kembali lagi ke kota perantauan, biaya telepon dan internet, serta biaya kebutuhan rumah tangga dua kali lipat karena tempat tinggal yang berbeda dan sebagainya.

Hubungan keluarga dalam pernikahan memiliki dinamika yang berbeda dalam tiap tahapnya. Dalam penelitian Pungki dan Primanita (2019), istri yang menikah muda cenderung sudah mampu memberikan kepercayaan, dukungan, dan menjadi tempat saling

berbagi dengan pasangan. Namun pada kondisi lain, istri yang menikah muda kurang mampu mengontrol perasaan cemburu dan curiga berlebihan terhadap suami. Menurut Williams, Stacey dan Carl (dalam Rumondor, 2011), masa awal pernikahan ialah 2 hingga 3 tahun pertama sebelum kehadiran anak. Masa ini merupakan masa yang paling sulit bagi pasangan meskipun mereka sebelumnya sudah tinggal bersama dan merasa memiliki hubungan yang baik. Sedangkan menurut Gross (dalam Glotzer dan Federlein, 2007) usia pernikahan yang lebih muda (0-5 tahun) pada pasangan *adjustment* (pasangan muda yang memiliki sedikit atau tidak ada anak) mengalami kesulitan yang lebih besar dibandingkan pasangan *established*.

Ginanjar (dalam Karlina, Avicenna, dan Andriani, 2019) mengatakan bahwa ada begitu banyak masalah yang terjadi dalam usia lima tahun pertama pernikahan, masalah tersebut antara lain adalah masalah penyesuaian dan kecocokan pasangan, adanya tuntutan peran, peran budaya, harapan keuangan, perbedaan harapan yang kurang dikomunikasikan pada awal pernikahan. Dari banyaknya pertimbangan tersebut, pasangan menikah harus memiliki komitmen untuk saling terikat dan menerima satu sama lain apalagi jika telah dikarunia seorang anak di mana tanggungjawab pasangan tersebut akan semakin besar. Sehingga mereka harus bersiap untuk saling membantu dan membagi peran bagi anak-anaknya. Dengan demikian, pasangan menikah di bawah lima tahun yang telah memiliki anak, biasanya lebih mengalami kesulitan dalam menjalani pernikahan jarak jauh dikarenakan peran ayah dan ibu yang tidak begitu seimbang. Ayah atau ibu yang merantau memiliki waktu yang lebih sedikit dalam upaya membangun hubungan emosional dengan anak dibanding orang tua yang berada di rumah. Selain itu, kesibukan pekerjaan rumah tangga dengan bayi atau balita yang dihadapi oleh orang tua tunggal di rumah terasa lebih berat terutama dalam hal pengasuhan.

Banyak faktor yang mempengaruhi kualitas suatu hubungan di mana keterpisahan atau jarak pada pasangan tidak bisa menunjukkan bahwa kualitas hubungan tersebut buruk. Jika salah satu pasangan terbiasa mengandalkan pasangannya dalam hal dukungan psikologis dan emosional, mereka akan kesulitan dalam mempelajari strategi koping baru untuk mengelola dan mengurangi tekanan pada hubungan (Dargie et al, 2014). Pernikahan

yang sehat setidaknya melibatkan kebersamaan yang dilandasi keintiman (*intimacy*), kelekatan dan pembentukan identitas diri pasangannya sebagai pribadi yang otonom (Latifa, 2015). Perlu kerjasama, kepercayaan, dukungan antar pasangan dan kelekatan agar hubungan tetap baik dan harmonis. Menurut Prameswara dan Sakti (2016), cinta kasih sayang ditandai dengan adanya saling keterikatan, saling menghormati, menghargai, kepedulian dan kepercayaan. Kasih sayang biasanya tumbuh berkembang dari perasaan saling pengertian dan rasa saling menghargai satu sama lain. Kelekatan pada pasangan memerlukan keintiman atau kepercayaan dalam melihat bagaimana istri bekerja akan menjalin hubungan dengan pasangannya serta kemampuan untuk mengenali gaya pasangannya dan ikut saling mempertahankan hubungan dengan pasangan (Hamalzi dan Indryawati, 2020)

Berikut adalah kutipan wawancara awal dengan beberapa responden:

*Jika dilihat dari sisi suami, suami tetap menjalani peran sebagai suami namun karena sedang berjauhan terkadang terasa seperti bujangan. Tapi bagi Saya, perannya lebih berganti seperti peran bapak dan ibu dirangkap di Saya sebagai istri, di mana Saya menjalani sendiri dan mau tidak mau harus mandiri untuk bertahan.(W/S1)*

*Perasaan yang sering muncul adalah khawatir. bagaimana kondisi suami saya disana terutama dalam hal kesehatan karena pekerjaan dia mengharuskan bertemu orang setiap hari. (W/S2).*

*Terus kalo pas pandemi seperti ini sih pasti lebih kepikiran banget, cemas, takut kalo terjadi sesuatu yang ga enak. Karna ya itu aku ga tau lingkungan disana gimana keadaannya, apakah aman disana, terhindar dari corona kah, kondisi real dia kayak gimana. Ya walaupun tetap komunikasi, dan bilang baik-baik aja. Tapi ya rasanya tetep beda, kalo ga liat secara real. (W/S3).*

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, pasangan muda yang menjalani pernikahan jarak jauh cenderung mengalami kecemasan dan rasa khawatir. Selain itu konflik peran antara suami istri karena tugas yang timpang saat berada di rumah seperti mengurus rumah dan anak-anak seorang diri. Jarak dan waktu sudah cukup menimbulkan perasaan khawatir terhadap pasangan, terlebih dalam hal komunikasi serta dukungan afeksi pasangan yang tidak ideal. Hal ini dirasa semakin memburuk karena keadaan di masa pandemi Covid-19

yang menimbulkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran negatif terkait dengan keadaan kesehatan pasangan yang tidak pasti di perantauannya.

Penelitian ini merujuk pada penelitian Prameswara dan Sakti (2016), berdasarkan penelitian tersebut dalam menjalani hubungan pernikahan jarak jauh seorang istri merasa jenuh dengan kesendiriannya dalam mengurus keluarga. Tiap subjek mengharapkan agar kondisinya dapat berkumpul kembali dengan pasangannya. Dalam penelitian Suminar dan Kaddi (2018), ditemukan bahwa dalam pernikahan jarak jauh sering terjadi kesalahpahaman pada komunikasi, juga adanya ketakutan akan hal-hal yang tidak diinginkan terjadi pada pasangan. Oleh karena dibatasi oleh jarak, sehingga jika terjadi sebuah masalah terasa sulit untuk dipecahkan. Maka keberhasilan pasangan menikah dalam menjalani hubungan jarak jauh, yaitu membutuhkan komitmen, keterbukaan, saling mengerti, dan kepercayaan dari masing-masing pasangan. Penelitian ini juga mengacu pada penelitian McNelis dan Segrin (2019), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa individu dengan kelekatan yang tidak aman yaitu cemas atau menghindar memiliki kemungkinan yang jauh lebih besar untuk mengalami perceraian, bahkan setelah seiring bertambahnya usia. Selanjutnya, individu dengan kecemasan rendah atau dengan kelekatan aman akan terjalin dalam hubungan yang erat dan lebih mungkin terlepas dari riwayat perceraian.

Menilik dari beberapa penelitian sebelumnya, maka penelitian ini akan berfokus pada hubungan pernikahan jarak jauh di masa pandemi Covid 19 dengan sampel infoman istri yang menikah 0-5 tahun (memiliki atau tidak memiliki anak) dan bagaimana pola kelekatan dengan kondisi terpisahkan oleh jarak Berdasarkan paparan latar belakang tersebut maka masalah yang akan dijawab dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Bagaimana pola kelekatan pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh di masa pandemi Covid-19?”.

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan memahami secara mendalam mengenai pola kelekatan pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh di masa pandemi Covid-19. Diharapkan hasil dari penelitian ini secara teoritis dapat dijadikan sebagai penelitian lanjutan atau sumber referensi untuk mahasiswa, ilmuwan, konselor dan lain-lain serta dapat bermanfaat sebagai bahan masukan

dalam memperluas ilmu pengetahuan psikologi khususnya pada topik kelekatan pada istri atau pasangan menikah yang menjalani pernikahan jarak jauh di masa pandemi Covid-19. Selanjutnya, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan masukan bagi pengembangan program intervensi mengenai kelekatan bagi istri yang menjalani pernikahan jarak jauh.