

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada umumnya suami istri akan berbagi tempat tinggal dalam satu rumah, tetapi ada berbagai alasan yang dapat mencegah mereka untuk melakukannya. Sebagian besar kendala ini dapat disebabkan oleh tiga faktor utama, yakni pertimbangan ekonomi, situasi pekerjaan, dan kebutuhan pendidikan (Eliyani, 2013). Kondisi seperti ini dikenal dengan *long distance relationship*. Sebagai bentuk sebuah pemenuhan akan kebutuhan cinta, tidak jarang individu tetap menjalin hubungan romantis dengan pasangannya walaupun ada perbedaan jarak geografis yang cukup jauh.

Menurut Pistole dan Roberts (dalam Ristiani, Santoso, dan Naryono, 2021) *long distnace relationship* digambarkan sebagai bentuk hubungan romantis jarak jauh, dimana dua individu terpisah secara fisik karena jarak atau geografis sehingga terbatas dalam melakukan kontak fisik, berkomunikasi secara tatap muka, dan bertemu. Pendapat dari Pistole dan Roberts (dalam Ristiani, Santoso, dan Naryono, 2021) mendefinisikan LDR lebih fleksibel dengan tidak terlalu menekankan durasi waktu perpisahan, namun menekankan bahwa disebut LDR selama pasangan mengalami ketidakpastian yang signifikan terkait dengan interaksi langsung. Pada hubungan romantis jarak jauh juga perlu melakukan negosiasi seperti berkomunikasi, mengungkapkan apa yang dikhawatirkan, mengungkapkan apa yang diinginkan, dan menerima kesalahan pasangan.

Kemajuan teknologi komunikasi memungkinkan pasangan yang terpisah secara geografis untuk tetap menjalin hubungan melalui *platform* digital, seperti media sosial, aplikasi pesan instan, dan panggilan video (Stafford, 2010). Digitalisasi telah mengubah cara individu berinteraksi dalam hubungan romantis, di mana keterbatasan fisik dapat dikompensasi dengan kehadiran virtual yang semakin nyata. Teknologi memberikan ruang bagi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh untuk menjaga komunikasi yang intensif, membangun rasa kepercayaan, serta mempertahankan keterlibatan emosional meskipun berada di lokasi yang berbeda (Jiang & Hancock, 2013). Dukungan teknologi yang semakin berkembang membantu komunikasi bagi setiap pasangan, namun pada pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh tetap tidak terlepas dari tantangan. Menurut Aylor (dalam Suryani & Nurwidawati, 2016), tantangan tersebut antara lain karena berkurangnya kontak tatap muka, sehingga tidak dapat mengamati langsung apa yang dilakukan pasangan, keterbatasan komunikasi, rasa curiga dan cemburu akibat besarnya kemungkinan pasangan tidak setia, serta sulit menyelesaikan masalah dalam jarak.

Pada pasangan yang berada dalam hubungan romantis yang dekat secara geografis tentu saja lebih banyak kesempatan untuk bertemu langsung dibandingkan dengan pasangan jarak jauh. Menurut Ruben dan Stewart (dalam Kurniati, 2015) hal itu membuat lebih mudahnya komunikasi, karena dalam komunikasi wajah ke wajah, orang dapat memanfaatkan penglihatan, sentuhan, dan pendengaran mereka untuk menangkap isyarat dan pesan yang tidak selalu tersurat yang dikirimkan oleh lawan bicara mereka. Pemanfaatan semua indra ini

dianggap lebih efektif dalam mengurangi potensi kesalahpahaman yang sering terjadi akibat keterbatasan dalam komunikasi melalui teknologi digital. Selain itu menurut Guldner (dalam Syahputri & Khoirunnisa 2021) bahwa keterpisahan fisik dapat mendorong individu untuk membayangkan bahwa pasangannya sedang berselingkuh atau berbohong sehingga dapat memunculkan perasaan curiga.

Menjalin sebuah hubungan bukanlah hal yang mudah untuk dijalani oleh sepasang kekasih. Pada awal pasangan kekasih merencanakan pernikahan, tidak jarang mereka mengalami tekanan hingga stres akibat transformasi besar dalam kehidupan mereka (Hello Sehat, 2022), apa lagi bagi pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh. Saat seseorang memutuskan untuk menjalani hubungan jarak jauh (LDR) dengan pasangannya, mereka seringkali berharap bahwa hubungan mereka akan berjalan tanpa masalah. kenyataannya, mereka mungkin terkejut karena kebutuhan emosional mereka seperti rasa rindu dan keinginan kuat untuk bertemu tidak mudah terpenuhi. Ini berarti mereka harus menghadapi kenyataan bahwa menjalani hubungan LDR memerlukan usaha ekstra dan seringkali lebih sulit dari yang mereka bayangkan. Menurut Dainton dan Aylon (dalam Suryani & Nurwidawati, 2016), hubungan jarak jauh cenderung meningkatkan ketidakpastian dalam suatu hubungan, karena keterpisahan secara fisik menjadi faktor utama yang memicu ketidakpastian tersebut. Aylor (dalam Suryani & Nurwidawati, 2016), juga menambahkan bahwa hubungan jarak jauh dipercaya dapat menghasilkan kepuasan hubungan yang rendah. Kepuasan yang rendah dalam hubungan jarak jauh dapat menyebabkan stres, strategi penyelesaian

masalah yang kurang efektif di antara pasangan, dan menurunnya tingkat kepercayaan pada pasangan (Lee-Ji-Yeon, 2012).

Menurut penelitian yang dilakukan pada tahun 2021, oleh Pusat Penelitian Hubungan Jarak Jauh (CSLDR), mereka menemukan bahwa ada sekitar 2,9% pasangan di Amerika Serikat memiliki hubungan jarak jauh. Hal ini berarti ada sekitar 3,75 juta pasangan terlibat dalam hubungan LDR. Di Indonesia, data yang pasti mengenai seberapa banyak jumlah pasangan yang menjalani LDR belum tersedia dari data penelitian terdahulu, khususnya dalam konteks keberhasilan pernikahan. Namun, sebagai penggantinya, peneliti mencoba untuk menggambarkan fenomena keberhasilan pernikahan LDR di Indonesia dengan mencari terkait artikel-artikel yang tersedia di media *online*. Dalam satu artikel yang dipublikasikan di *suara.com* 14 Maret 2021, dinyatakan bahwa dari 1000 responden yang merupakan pasangan yang menjalani LDR, sekitar 58% dari mereka melampirkan keberhasilan dalam hubungan mereka. Hal itu bisa terjadi karena kedua individu berusaha saling memahami, belajar berkomunikasi dengan baik dan yang terpenting dibutuhkan kepercayaan atau *trust* kepada pasangan untuk menjaga, merawat dan membuat hubungan bertahan.

Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jasielska (2018), kepada 2.371 pasangan yang baru saja bercerai, ada sebanyak 44% menginisiasi cerai, 40% digugat cerai dan 16% bercerai karena keputusan bersama. Dari hasil ini didapati bahwa salah satu alasan perceraianya karena tinggal berjauhan. Hal ini karena para pasangan harus menghadapi sejumlah rintangan dan tantangan, yang salah satu diantaranya adalah sulitnya memenuhi kebutuhan emosional serta

hasrat biologis secara mendalam. Tidak hanya itu, terkadang rasa percaya terhadap pasangan juga diuji saat menjalani hubungan jarak jauh. Pasangan yang memiliki frekuensi tinggi dalam tatap muka saja seringkali mengalami perselisihan karena kesalahpahaman, begitu pula dengan pasangan yang menjalani LDR. Tidak hanya itu, terkadang karena kurangnya interaksi tatap muka, bisa mengakibatkan berkurangnya rasa percaya hingga perselingkuhan.

Trust atau kepercayaan merupakan sebuah harapan positif sehubungan dengan tingkah laku orang lain (Lewicki et al, 2006). Rasa percayaaan atau *trust* merupakan komitmen untuk mencapai harapan dan keyakinan individu terhadap sejauh mana seseorang dapat diandalkan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Yuniartiwik (2021), dengan 401 responden mengenai “Gambaran *trust* pada pasangan suami istri yang menjalani *commuter marriage*”, mendapati bahwa pasangan suami istri yang menjalani *commuter marriage* di Makassar dominan tinggi, hal ini terlihat dari persentase yang menunjukkan ada 362 responden memiliki 90% *trust* yang tinggi. Kemudian ada sebanyak 30 responden atau sebesar 8% orang dari responden yang ada, yang memiliki *trust* yang sedang. Terakhir ada sebanyak 9 orang atau sebesar 2% dari responden yang ada, yang memiliki *trust* rendah. Oleh karena itu, dalam hal ini subjek penelitian memiliki *trust* yang tinggi selama menjalani *commuter marriage*. Hal ini menunjukkan bahwa hampir seluruh pasangan memunculkan sebuah sikap positif seperti bisa diandalkan untuk menjaga komitmen hubungan.

Menurut Johnson (2012), *trust* atau kepercayaan adalah faktor yang paling krusial dalam membentuk hubungan, dan hal ini terus berubah serta dibangun

melalui serangkaian tindakan “membangun kepercayaan” dan perilaku yang “pantas dipercayai”. “Membangun kepercayaan” merujuk pada kemauan untuk mengambil risiko terhadap konsekuensi baik atau buruk, sementara perilaku “pantas dipercayai” mencakup Tindakan yang mendorong kepercayaan dari orang lain. Dalam konteks hubungan jarak jauh (LDR), dapat dinyatakan bahwa kepercayaan memiliki peran yang sangat signifikan.

Johnson mengemukakan bahwa *trust* memiliki lima aspek yang mana itu keterbukaan, berbagi. Penerimaan, dukungan, dan niat bekerja sama. Jika individu tidak mampu memiliki kepercayaan atau *trust* pada pasangan mereka maka akan ada peningkatan stress dan kecemasan dan ketidakpuasan dalam menjalani pernikahan. Namun jika pasangan mampu membangun *trust* dalam pernikahan maka kecemasan dan stress akan mengalami penurunan. Sedangkan kesejahteraan individu, kepuasan pernikahan akan meningkat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratama (2016) dalam skripsinya yang berjudul “Hubungan Kepercayaan dengan Kepuasan Pernikahan Ibu Rumah Tangga yang Memiliki Suami Bekerja di Luar Kota” mendapati hasil uji korelasi yang menunjukkan adanya korelasi positif antara kepercayaan dengan kepuasan pernikahan pada istri yang memiliki suami bekerja di luar kota ($r = 0,757$). Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan pada ibu rumah tangga maka semakin tinggi kepuasan pernikahannya, sebaliknya makin rendah kepercayaan pada ibu rumah tangga maka semakin rendah pula kepuasan pernikahannya. .

Selain itu pula, pasangan suami istri yang menjalani *long distance relationship* banyak sekali tantangan yang dapat terjadi. Hal itu karena dua

manusia yang memiliki keperibadian atau karakter berbeda dijadikan satu dalam pernikahan yang mana komitmen awal pernikahan harus selalu dijaga dan dirawat terutama *trust*. Oleh karena itu, dalam menjalin suatu hubungan setiap pasangan harusnya mengemban kewajiban dengan sungguh- sungguh dalam menjalani dan menghayati peran mereka untuk terus berusaha menjaga keharmonisan hubungan mereka dan tidak membiarkan jarak membuat hubungan menjadi renggang dan membuat terkikisnya *trust*.

Hal ini juga didukung oleh temuan dari wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10 Juni 2023. Berdasarkan hasil wawancara awal yang telah dilakukan oleh peneliti pada salah satu partisipan wanita dengan inisial SM mengenai bagaimana masa awal menjalin hubungan jarak jauh dengan pasangannya. Didapati bahwa, pada awal pernikahan, menjalani hubungan jarak jauh (LDR) terasa sangat berat, karena awal pernikahannya ini adalah masa penyesuaian bagi partisipan dan pasangannya dalam menghadapi *long distance relationship*. Selain itu, SM merasa kurangnya mendapatkan dukungan emosional terutama dalam situasi sulit, terkait keputusan penyelesaian masalah anak seperti anak sakit, dan masalah keluarga yang tidak bisa secara langsung berbagi momen bersama untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Alasan yang menyebabkan mereka harus menjalani *long distance relationship* karena kebutuhan ekonomi dan pekerjaan suami yang mengharuskan bekerja di luar kota. Tidak hanya itu, salah satu masalah utama yang dihadapi adalah kurangnya rasa percaya dari pasangan, yang sering kali menimbulkan konflik di antara mereka. Konflik ini menyebabkan frustrasi bagi SM, terutama karena mereka kesulitan membahas hal-hal penting

tanpa bisa bertemu langsung. Kondisi ini memperburuk situasi dan menambah tekanan emosional dalam hubungan mereka.

Dapat disimpulkan bahwa selama proses pernikahan yang dilakukan oleh subjek sangat banyak tantangan yang dihadapinya, terlebih lagi karena hubungan jarak jauh yang terkadang membuatnya frustrasi karena sulit mengkomunikasikan hal yang penting terkait dengan keputusan mengenai permasalahan anak, dan keluarga seperti saat keluarga ada yang sakit, dan kurangnya penuhi dukungan emosional dari pasangan. Serta di awal pernikahan proses penyesuaian mereka juga bisa dikatakan sulit karena mereka juga harus LDR dan pasangannya kurang menaruh rasa percaya (*trust*), yang mana bisa berujung pada konflik. Oleh karena itu, *trust* menjadi hal yang sangat krusial dalam hubungan suami istri karena *trust* membuat rasa aman secara emosional, komunikasi menjadi baik, kejujuran, dapat mengatasi konflik. Dampak yang akan didapat apabila tidak terpenuhinya *trust* seperti konflik yang terus menerus, kehilangan keharmonisan, komunikasi memburuk, perasaan tidak dihargai, gangguan emosional, potensi perselingkuhan, dan bahkan perceraian.

Penelitian ini berfokus pada eksplorasi hubungan jarak jauh dalam konteks individu yang terlibat dalam hubungan romantis tersebut dengan judul “Gambaran *Trust* Pada Pasangan Suami Istri yang Menjalani *Long Distance Relationship*”. Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya, rumusan masalah penelitian ini mengenai bagaimana gambaran *trust* pada pasangan *long distance relationship* yang sudah menikah dan apa faktor yang mempengaruhinya.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian dilakukan untuk mengetahui bagaimana gambaran *trust* pada pasangan suami istri yang menjalani *long distance relationship*, dan apa faktor yang mempengaruhinya?

C. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada penelitian dan pembahasan yang berkaitan dengan perkembangan ilmu Psikologi mengenai gambaran *trust* pada pasangan *long distance relationship* yang sudah menikah. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi yang berharga untuk studi-studi Psikologi yang akan datang.

b. Manfaat Praktis

1. Pasangan Suami Istri

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan acuan bagi pasangan suami istri, terutama yang menjalani hubungan jarak jauh, untuk memanfaatkan kemajuan teknologi di era digital saat ini. Dengan berbagai platform komunikasi, pasangan dapat meningkatkan intensitas interaksi mereka, meskipun terpisah jarak dan dapat memperkuat rasa kepercayaan (*trust*) dalam hubungan, serta membantu pasangan untuk lebih menghargai waktu senggang yang ada dengan tetap merasa dekat dan terhubung.

2. Orang Yang Belum Menikah

Penelitian ini diharapkan bahwa individu dalam masyarakat, terutama bagi individu dewasa muda yang merencanakan pernikahan dengan komitmen dalam sebuah pernikahan atau hubungan jarak jauh, dapat membangun kepercayaan yang kuat terhadap pasangan mereka. Hal ini diharapkan dapat memperkuat komitmen dan keyakinan mereka dalam hubungan.

3. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran serta dapat menjadi bahan bantuan bagi penelitian selanjutnya.