**GAMBARAN *TRUST* PADA PASANGAN SUAMI ISTRI YANG
MENJALANI *LONG DISTANCE RELATIONSHIP***

***IMAGE OF TRUST IN HUSBAND AND WIFE COUPLES WHO ARE IN A
LONG-DISTANCE RELATIONSHIP***

Theresia Rut Anggelang Ua, Juwandi, S.Psi., M.Si

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

theresiarutanggelangua28@gmail.com

+6285279025413

ABSTRAK

Pasangan suami istri sewajarnya tinggal dalam satu atap yang sama, namun karena beberapa faktor seperti pekerjaan, pendidikan, atau kebutuhan ekonomi maka mereka tinggal dengan jarak yang terpisah. Meskipun jarak menjadi pemisah namun saat ada *trust* di dalam hubungan maka hubungan akan berjalan dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji gambaran *trust* pada pasangan suami istri yang menjalani *long distance relationship*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam terhadap empat partisipan yang tinggal di Yogyakarta dengan empat *significant others*. Fokus utama penelitian ini adalah memahami dinamika *trust* dalam *long distance relationship* dan strategi apa yang digunakan pasangan untuk menjaga kepercayaan di tengah tantangan jarak. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *trust* pada pasangan suami istri yang menjalani *long distance relationship*, yaitu seperti religiusitas, kepribadian yang baik, sikap saling mendukung, termasuk komunikasi intensif, keterbukaan, tanggung jawab, sikap menghargai, sensitivitas emosi, pengalaman buruk mengenai isu orang ketiga, dan sikap toleransi. Selain itu *trust* tidak selalu bersifat utuh, melainkan berkembang melalui proses yang dipengaruhi oleh pandangan pribadi, pengalaman hidup, dan tindakan pasangan. Temuan ini menyoroti pentingnya komunikasi intensif yang jujur dan terbuka untuk menjaga *trust* yang dapat memberikan rasa aman dalam hubungan.

Kata Kunci: *Long distance relationship, pasangan suami istri, trust*

ABSTRACT

Married couples typically live under the same roof, but due to factors such as work, education, or economic needs, they may live apart. Despite the distance, when trust exists in the relationship, it can still thrive. This Study examines the portrayal of trust in married couples who maintain long-distance relationships. The research employs a qualitative approach using in-depth interviews with four participants living in Yogyakarta and their four significant others. The primary focus of this study is to understand the dynamics of trust in LDRs and the strategies couples use

to maintain trust amidst the challenges of distance. The findings reveal several factors influencing trust in married couples in LDRs, including religiosity, positive personality traits, mutual support, intensive communication, openness, responsibility, respect, emotional sensitivity, negative experiences regarding third-party issues, and tolerance. Additionally, trust is not always absolute but evolves through a process influenced by personal perspectives, life experiences, and the actions of the partner. These findings highlight the importance of intensive, honest, and open communication in maintaining trust, which provides a sense of security in the relationship.

Keywords: Long-distance relationship, married couples, trust

PENDAHULUAN

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*.

Menurut Pistole dan Roberts (dalam Ristiani, Santoso, & 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.

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). 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 ini 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.

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.

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

METODE

Pendekatan penelitian ini menggunakan teori dan konsep

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.

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.

sebagai berikut. *Trust*, Pasangan Suami Istri yang Menjalani *Long*

Distance Relationship. Kemudian penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yang mana pendekatan ini sering disebut juga dengan penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah, disebut demikian karena data yang terkumpul dan analisisnya lebih bersifat kualitatif atau pendeskripsian (Sugiyono, 2016). Metode penelitian ini dilakukan dengan pendekatan fenomenologi. Pendekatan ini mengizinkan peneliti untuk menerapkan kemampuan subjektivitas dan interpersonal (Alase, 2017). Dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang mana teknik ini mengacu pada pertimbangan peneliti untuk memilih partisipan yang memiliki karakteristik atau

pengalaman tertentu yang relevan dengan penelitian.

Kemudian peneliti menggunakan unit analisis data secara individual dengan jumlah 4 individu sebagai partisipan utama yang merupakan individu yang mengalami *long distance relationship* dengan pasangannya. Peneliti sudah menentukan subjek penelitian dengan mempertimbangan faktor tertentu terkait dengan judul penelitian. Partisipan pertama adalah MZ, seorang laki-laki dengan usia 58 tahun dan sudah menikah sekitar 23 tahun, alasan menjalani hubungan jarak jauh karena pekerjaan, waktu berpisah dengan pasangan dua minggu sampai tiga bulan. Partisipan kedua adalah N seorang wanita dewasa dengan usia 45 tahun, bekerja sebagai guru

TK dan pegawai PKBM, dengan usia pernikahan sudah 21 tahun. Memiliki hubungan *long distance relationship* karena tuntutan dan kebutuhan ekonomi keluarga, dengan waktu berpisah dengan pasangan empat-enam bulan. Partisipan tiga berinisial MM yang merupakan wanita dewasa dengan Usia 55 tahun, bekerja sebagai Bidan, dengan usia pernikahan sudah 26 tahun. Hubungan jarak jauh dengan suami karena pekerjaan suami yang mengharuskan sering pergi ke luar kota sebagai teknisi kapal, waktu

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan wawancara dengan partisipan MZ terlihat bahwa partisipan MZ memiliki *trust* yang sangat tinggi terhadap pasangannya. Pada partisipan MZ didapati bahwa *trust* terbentuk dan terbangun sejak awal pernikahan dan karena adanya sikap toleransi, seperti tidak

berpisah dengan pasangan sekitar dua minggu sampai satu bulan. Pada partisipan terakhir berinisial JA yang merupakan ibu rumah tangga dan istri dari partisipan MZ dengan usia 56 tahun, sudah menikah 23 tahun. Menjalin hubungan jarak jauh dengan pasangannya karena alasan pekerjaan suami yang mengharuskan pergi ke luar kota, dengan waktu berpisah dengan pasangan saat hubungan jarak jauh sekitar dua minggu hingga 3 bulan.

mengungkit masalah, keterbukaan, sensitivitas emosi. Serta *trust* dipengaruhi oleh faktor religiusitas, dukungan sosial, dukungan emosional, dan sikap bertanggung jawab.

Pada partisipan N terlihat bahwa *trust* terbangun baik namun saat ada sedikit pengalaman buruk

maka terdapat sebuah ketidaknyamanan, karena pikiran negatif yang muncul. Oleh karena itu pada partisipan N *trust* terbangun karena sikap keterbukaan, toleransi, dan sensitivitas emosi seperti saat ada masalah yang cukup besar dalam rumah tangga, pasangan menyelesaikan dengan langsung bertemu. Kemudian faktor yang bisa mempengaruhi *trust*nya adalah karena dukungan emosional, religiusitas, dan adanya intervensi pihak ketiga dalam hubungan.

Kemudian partisipan MM memiliki *trust* yang tinggi pula terlihat *trust* terbangun karena sikap toleransi seperti mengalah saat terjadi perdebatan, sebuah *belief* atau keyakinan bahwa segala tindakan pasangan bisa dipercaya, dan sikap keterbukaan. Serta faktor yang dapat mempengaruhi *trust* dalam rumah tangganya yaitu karena sikap bertanggung jawab, religiusitas, kepribadian *agreableness* yang tinggi, dimana pasangan menunjukkan sikap tidak berlebihan terkait kesetiaan, kemudian adanya dukungan sosial dan emosional.

Pada partisipan JA *trust* terbangun sangat tinggi pula. *Trust* tergambar dalam sikap keterbukaan, dan sensitivitas emosi yang mana bisa memahami preferensi hal yang disukai dan tidak dari pasangan. Sedangkan yang mempengaruhi *trust* adalah dukungan emosional, sikap bertanggung jawab, dan kepribadian *agreableness* yang tinggi seperti pasangan yang memiliki ke remahan, sopan dan tidak KDRT seperti menghormati pasangan dan santun, yang dianggap baik.

Berdasarkan hasil temuan di lapangan dengan empat orang partisipan dan empat orang *significant others* menunjukkan bahwa *trust* dalam hubungan suami istri bersifat dinamis dan dipengaruhi oleh faktor pengalaman serta pandangan pribadi masing-masing partisipan, dan tindakan. Salah satu partisipan menghadapi kejadian yang menguji kepercayaannya terhadap pasangan, sementara yang lain mempertahankan pandangan bahwa kepercayaan 100% sulit dicapai karena sifat manusia yang tidak sempurna. Pandangan ini sejalan dengan pendapat dari Batoebara

(2018) yang menerangkan bahwa *trust* juga bergantung pada kesediaan individu untuk menunjukkan kasih sayang dengan mengambil resiko.

Pasangan yang memiliki *trust* tinggi, memiliki sikap keterbukaan atau transparansi dalam segala hal membantu hubungan tetap berjalan dengan baik. Hal ini karena satu sama lain akan mengetahui mengenai kehidupan, cita-cita, keinginan,

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah dipaparkan sebelumnya, bahwa rata-rata partisipan memiliki *trust* yang tinggi dan memiliki kecenderungan memiliki kondisi mental yang baik. Selain itu, *trust* dalam hubungan suami istri yang menjalani *long distance relationship* bersifat dinamis dan dipengaruhi oleh beberapa faktor,

SARAN

Dari hasil penelitian yang telah diperoleh, maka saran dari penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi Partisipan
Partisipan diharapkan

ataupun kesalahan yang dilakukan oleh pasangannya. menurut teori Johnson dan Johnson (2012), yang menyatakan keterbukaan (*openness*) dalam suatu hubungan romantis, pasangan akan saling menuangkan informasi, gagasan, pemikiran, perasaan, serta tanggapan terhadap isu-isu yang muncul dari satu sama lain.

seperti religiusitas, kepribadian *agreeableness* yang tinggi, dukungan emosional dan dukungan sosial, bertanggung jawab, intervensi orang ketiga dalam hubungan. *Trust* tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui serangkaian pengalaman dan interaksi yang memperkuat ikatan emosional antar pasangan.

untuk mempertahankan dan meningkatkan keterbukaan dengan pasangan. Hal ini karena berdasarkan temuan penelitian, keterbukaan dalam hubungan dapat

membangun *trust*. Selanjutnya, partisipan bisa terus menunjukkan komitmen dengan tindakan nyata yang sudah pernah dilakukan melalui sikap bertanggung jawab. Serta dukungan berupa apresiasi terhadap tindakan

2. Bagi Peneliti Selanjutnya Penelitian ini berfokus pada pasangan

suami istri yang menjalani *long distance relationship*, tetapi dengan partisipan yang terbatas. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan lebih banyak partisipan dengan beragam latar belakang budaya, usia pernikahan, dan pendidikan untuk memperoleh wawasan lebih luas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *trust* dalam hubungan jarak jauh

DAFTAR PUSTAKA

- Alase, A. (n.d.). International Journal of Education and Literacy Studies. *The Interpretative Phenomenological Analysis (IPA): A Guide to a Good Qualitative Research Approach*, 5(2), 10-19.
- Eliyani, E. E. (2013). Jurnal Ilmu Komunikasi Ilmu Fakultas Ilmu Sosial dan Politik. *Keterbukaan Komunikasi Interpersonal*
- Pasangan Suami Istri yang Berjauhan Tempat Tinggal*, 1(2), 85-94.
- Jasielska, D. (2018). The moderating role of kindness on the relation between trust and happiness. *Current Psychology*, 39(6), 2065-2073. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9886-7>
- Johnson, D., & Johnson, F. (2012). *Dinamika*

- Kelompok Teori dan Keterampilan (Alih Bahasa : Theresia SS).* Jakarta: PT INDEKS.
- Kurniati, G. (2015). Pengelolaan hubungan romantis jarak jauh (Studi penetrasi sosial terhadap pasangan yang terpisah jarak geografis sejak pacaran hingga menikah). *Jurnal Komunikasi Indonesia*, 4(1), 3. <https://doi.org/10.7454/Jki.V4i1.8876>
- Ristiani, D., Santosa, H. P., & Naryoso, A. (2021). Pemeliharaan hubungan berpacaran long distance relationship sampai ke jenjang pernikahan: studi pengalaman menjalani hubungan berpacaran dengan seorang pelaut kapal kargo. *Interaksi Online*, 9(3), 177-192.
- Stafford, L. (2018). Social exchange theory." In D. O. Braithwaite, E. Suter, & K. Floyd (Eds.), *Engaging Theories in Family Communication* (hlm. 279–289). Routledge.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta
- Suryani, A., & Nurwidawati, D. (2016). Self disclosure dan trust pada pasangan dewasa muda yang menikah dan menjalani hubungan jarak jauh. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 7(1), 9-15.
- Syahputri, S. E., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara komitmen dengan forgiveness dalam menghadapi konflik pada dewasa muda yang menjalin hubungan jarak jauh. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(9), 142-153.