

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Cinta merupakan salah satu tema yang sangat akrab dan disukai oleh setiap kalangan, baik yang muda maupun yang tua (Baron & Byrne, 2005). Selain itu, cinta juga telah lama menjadi subjek favorit bagi penyair dan penulis lagu, dan kini cinta menjadi topik populer dalam riset ilmiah (Berscheid & Regan dalam Sears dkk, 2009).

Cinta merupakan reaksi emosional yang sama dikenalnya dan sama mendasarnya dengan rasa marah, kesedihan, kegembiraan, dan rasa takut (Shaver dkk dalam Baron & Byrne, 2005). Antonucci (dalam Irmawati dan Saragih, 2005) menyatakan bahwa salah satu kelompok yang tidak lepas dari masalah cinta adalah individu yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal. Dewasa awal merupakan periode perkembangan yang dimulai pada awal usia 20-an sampai dengan usia 30-an (Santrock, 2012).

Dalam tahap perkembangan psikososial, Erikson (dalam Santrok, 2002) menyatakan bahwa dewasa awal berada pada tahap keenam yaitu tahap keakraban versus keterkucilan (*intimacy versus isolation*). Pada masa ini, individu dewasa awal menghadapi tugas perkembangan yang berkaitan dengan pembentukan relasi akrab dengan orang lain, salah satunya adalah masa-masa penjajagan dalam mencari pasangan hidup. Jika individu dewasa awal mampu mengembangkan hubungan pertemanan dan hubungan intim yang sehat dengan pasangan, maka

keintiman akan tercapai dan isolasi tidak akan terjadi. Apabila tugas-tugas perkembangan tercapai dengan sukses, maka akan menimbulkan kebahagiaan dan keberhasilan dalam menghadapi tugas perkembangan selanjutnya (Mönks dkk, 2014).

Hal ini senada dengan pernyataan Havighurst (Mönks dkk, 2014), mengenai tugas-tugas perkembangan masa dewasa awal dimana salah satu tugas perkembangan yang harus dilalui dewasa awal adalah mencari dan menemukan calon pasangan hidup. Untuk dapat mencari dan menemukan calon pasangan hidup, dewasa awal akan melakukan eksplorasi kebeberapa pasangan sebelum akhirnya menentukan pasangan hidupnya kelak. Proses eksplorasi ini diawali dengan istilah pacaran.

Berpacaran (*dating*) dikenal sebagai suatu bentuk hubungan intim atau kedekatan antara laki-laki dan perempuan (Ikhsan, 2003). Bowman (dalam el-Hakim, 2014) mendefinisikan pacaran sebagai kegiatan bersenang-senang yang dilakukan oleh pria dan wanita yang belum menikah, dan nantinya hal ini dijadikan dasar yang dapat memberikan pengaruh timbal balik untuk hubungan selanjutnya sebelum pernikahan.

Dalam menjalani hubungan pacaran terdapat perasaan yang disebut cinta. Berkaitan dengan cinta, Kienlen (2007) menyebutkan tiga tahapan dalam percintaan, yaitu *romantic feeling* (rasa cinta), ketertarikan fisik, dan kelekatan emosi. Pertama-tama perasaan cinta muncul pada individu karena adanya kedekatan dengan lawan jenis. Selanjutnya, pikiran individu dipenuhi oleh orang terkasih dan mulai menjadikan sebagai pasangan yang ideal. Tahap ketertarikan

fisik ini sering dikatakan sebagai fase “*lovesick*” atau mabuk kepayang. Kemudian hubungan berlanjut pada kelekatan emosi yang melibatkan komitmen, pertemanan, atau bahkan anak. Pada tahap terakhir individu mengetahui karakter positif maupun negatif dari pasangan, dan memutuskan apakah ingin membangun kehidupan bersama.

Maka cinta merupakan hal yang penting dalam rentang kehidupan manusia, terutama pada pasangan dewasa awal yang berpacaran. Hal ini disebabkan karena pasangan dewasa awal yang berpacaran sedang mencoba membangun relasi untuk menemukan pasangan hidupnya kelak. Berkaitan dengan cinta, telah banyak ahli yang mencoba untuk menjelaskannya. Bentuk umum dari cinta yang paling sering digunakan adalah yang dikemukakan oleh Berscheid dan Walster (dalam Sears, 2009) yaitu *Passionate Love* yang dideskripsikan sebagai suatu keadaan emosional yang meliputi perasaan lembut, hasrat seksual, kesedihan, kegembiraan, kecemasan, ketenangan, altruism, dan kecemburuan yang saling bercampur aduk dalam satu perasaan dan *Companionate Love* yaitu kasih sayang yang menekankan rasa saling percaya dan perhatian pada orang yang dicintai.

Namun dalam usaha untuk memberi teori yang komprehensif tentang cinta, Sternberg memperkenalkan sebuah model yang disebut dengan teori segitiga cinta Sternberg atau *Triangular Theory of Love*. Teori ini merupakan salah satu upaya untuk menyatukan berbagai macam temuan dan konsep cinta yang telah ada (Sears, 2009). Dalam teori ini Sternberg menyatakan bahwa cinta merupakan sebuah segitiga yang memiliki tiga komponen yaitu: keintiman

(*intimacy*), gairah (*passion*), dan keputusan/komitmen (*decision/commitmen*) yang ketiganya saling berhubungan satu sama lain (Baron & Byrne, 2005).

Keintiman merupakan perasaan emosional tentang kehangatan, kedekatan yang dirasakan dan berbagi dalam hubungan. Gairah merupakan dorongan percintaan, ketertarikan fisik dan seksual. Sedangkan keputusan/komitmen merupakan penilaian kognitif atas hubungan dan terjadi ketika individu mulai memutuskan (aspek jangka pendek) dan mempertahankan (aspek jangka panjang) terkait cinta yang dimiliki. Cinta yang dimiliki oleh setiap individu bergantung pada proporsi dari ketiga komponen tersebut (Santrok, 2002) dan apabila ketiga komponen tersebut dikombinasikan antara satu dengan yang lainnya maka akan membentuk beberapa jenis cinta (Sternberg, 1986). Jadi tidak semua individu memiliki jenis cinta yang sama, karena masing-masing individu memiliki komponen cinta yang berbeda-beda dalam menjalani hubungan dengan pasangannya.

Sternberg (1987) menjelaskan bahwa untuk mempertahankan suatu hubungan dapat menggunakan teori triangular. Pertama, setiap individu harus mampu menjaga emosi sehingga komponen keintiman mampu berkembang dengan baik. Kedua, menganalisis kebutuhan *passion* dan seksual dalam hubungan. Kebutuhan *passion* ini berbeda antara individu yang satu dengan yang lainnya dan biasanya sulit untuk dikontrol. Maka setiap pasangan perlu untuk saling memahami kebutuhan masing-masing dan mencoba untuk memenuhi kebutuhan tersebut sesuai dengan kesepakatan bersama. Ketiga, memahami pentingnya hubungan dan menikmati hubungan dengan bahagia. Dalam poin

ketiga ini melibatkan dua komponen sebelumnya yaitu keintiman dan *passion*, serta perwujudan dari komponen komitmen untuk mempertahankan hubungan jangka panjang.

Menurut Sternberg (2009) suatu hubungan cinta yang ideal akan terwujud apabila dalam hubungan tersebut terdapat keseimbangan dari ketiga komponen cinta yaitu komponen keintiman, gairah, dan keputusan/komitmen. Sehingga akan terbentuk segitiga sama sisi yang menandakan terbentuknya cinta sempurna sesuai dengan model segitiga cinta dari Sternberg. Namun pada kenyataannya dalam menjalani hubungan percintaan tidak setiap pasangan dapat memenuhi syarat sebuah cinta yang sempurna. Hal ini menjadi pemicu munculnya permasalahan pada hubungan yang sedang dijalani. Apalagi ketika hanya ada salah satu dari ketiga komponen saja yang mendominasi dalam suatu hubungan, maka dapat dikatakan bahwa hubungan tersebut mengalami ketimpangan.

Contoh bentuk permasalahan dalam hubungan pacaran adalah perilaku kekerasan dalam pacaran dan berkaitan dengan komponen cinta yang ada. Seperti berita yang diterbitkan oleh media online OKEZONE NEWS (<http://news.okezone.com/read/2016/04/24/340/1371361/kekerasan-dalam-pacaran-capai-2-734-kasus>) pada hari Minggu, 24 April 2016 tentang kasus kekerasan dalam berpacaran. Menyatakan bahwa pada tahun 2015 kasus kekerasan dalam pacaran mencapai 2.734 kasus. Jumlah ini baru merupakan kasus yang dilaporkan, padahal jumlah kasus ini dapat berjumlah 5 kali lipat lebih banyak. Ini terjadi karena banyak korban yang tidak memiliki keberanian untuk melaporkan kejadian yang telah dialaminya. Kasus ini menunjukkan kurang atau

bahkan tidak adanya komponen keintiman yang dimiliki oleh setiap pasangan. Seharusnya apabila komponen keintiman dipelihara dengan baik, maka tidak akan ada kekerasan dalam berpacaran. Sehingga setiap pasangan akan saling menghargai, saling memahami satu sama lain, mempedulikan kesejahteraan dan kebahagiaan satu sama lain.

Masalah lain dalam hubungan berpacaran adalah tindak pemerkosaan. Banyak terjadi kasus pemerkosaan yang dilakukan oleh pihak pria bahkan terkadang disertai dengan pembunuhan. Seperti yang ditulis dalam situs online Bangka Pos (<http://bangka.tribunnews.com/2016/09/28/pacarnya-dicekik-sekarat-meregang-nyawa-ismail-tak-peduli-malah-tega-memperkosa>), pada hari Rabu tanggal 28 September 2016. Kasus ini terjadi karena pria cenderung mengutamakan dan mengekspresikan komponen gairah, yaitu dengan mengekspresikan makna cinta dengan perilaku seksual terhadap pasangannya. Kebutuhan mengenai gairah tentunya berbeda antar individu, maka setiap pasangan harus mampu memahami dan mengetahui perwujudan gairah yang sesuai.

Selain permasalahan yang diuraikan di atas, ada juga permasalahan yang berkaitan dengan komponen komitmen. Seperti berita yang dimuat dalam situs online TribunnewsBogor.com (http://bogor.tribunnews.com/2017/09/07/pacaran-8-tahun-lalu-ditinggal-nikah-dengan-selingkuhan-cerita-wanita-ini-bikin-ngelus-dada?page=all&_ga=2.24301050.1731548633.1508204651-1285825131.1508204651) pada hari Kamis, 7 September 2017 tentang kasus perselingkuhan dalam berpacaran yang berujung pada pernikahan sang pacar

dengan selingkuhan. Kasus ini terjadi karena pria tidak menjaga komponen komitmen terhadap pasangannya. Sehingga ketika sedang menjalin hubungan pacaran dengan kekasihnya, pria tersebut juga menjalin hubungan dengan wanita lain.

Masih banyak lagi contoh permasalahan yang berkaitan dengan komponen komitmen cinta, seperti wawancara yang peneliti lakukan pada tanggal 26 Oktober 2017 terhadap responden berjenis kelamin wanita, yang berinisial Y. Y pernah berpacaran secara diam-diam (*backstreet*) selama 5 tahun dengan tetangganya dan pacarnya menjanjikan akan menikahi Y di tahun kelima hubungan tersebut, karena pacar Y harus menanggung biaya kuliah adiknya terlebih dahulu. Namun, di tahun kelima Y mendengar kabar bahwa pacarnya memiliki kekasih lain selain dirinya. Kemudian Y memberanikan diri untuk menanyakan mengenai kebenaran kabar tersebut sekaligus menanyakan kelanjutan hubungan yang sedang dijalani, tetapi pacar Y mengatakan bahwa kabar tersebut tidak benar dan pasangannya tetap mengatakan serius dan ingin menikah dengan Y. Namun Y merasa bahwa pacarnya tidak benar-benar serius dengan perkataannya, karena pacar Y tidak kunjung melamarnya. Akhirnya Y memilih untuk mengakhiri hubungan tersebut. Tidak berapa lama, Y mengetahui bahwa dahulu saat masih menjalin hubungan dengannya, priatersebut juga menjalin hubungan dengan wanitalain dan bahkan pernah pergi bersama tanpa sepengetahuan Y. Tidak sampai satu tahun setelah Y dan pacarnya putus, si priamenikah dengan wanita lain itu.

Permasalahan-permasalahan di atas, menunjukkan adanya ketimpangan komponen-komponen cinta Sternberg yang disebabkan adanya salah satu komponen cinta yang mendominasi dalam suatu hubungan. Hal ini mengakibatkan tidak terbentuknya segitiga sama sisi yang menandakan tidak terbentuknya cinta yang ideal (Sternberg, 2009). Apabila permasalahan ini terus menerus terjadi dan tidak kunjung disadari oleh setiap pasangan dewasa awal yang sedang berpacaran maka dikhawatirkan akan menyebabkan hubungan pacaran terganggu dan menjadi pemicu berakhirnya hubungan yang sedang dijalani. Sehingga dapat menghambat tugas perkembangan dewasa awal yang dikemukakan oleh Havighurst (Mönks dkk, 2014) dalam mencari dan menemukan calon pasangan hidup.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2010), bahwa individu yang merasakan ekspresi cinta yang maksimal antara keintiman, gairah dan komitmen akan lebih menikmati hubungannya saat ini dan cenderung mengharapkan hubungannya akan berlangsung dalam jangka waktu yang lama. Ini disebabkan karena pacaran merupakan salah satu sarana untuk dapat mengenal pasangan sebelum nantinya memutuskan untuk hidup bersama (Paul dan White dalam Santrock, 2005) serta mencapai tugas perkembangan selanjutnya dalam membentuk keluarga dan mengelolah rumah tangga (Havighurst dalam Mönks dkk, 2014). Sedangkan individu yang komponen cintanya bermasalah akan cenderung memilih hubungan jangka pendek atau dengan kata lain lebih memilih mengakhiri hubungan yang tengah dijalannya (Putri, 2010).

Oleh sebab itu, peneliti memilih teori segitiga cinta Sternberg dalam penelitian ini karena komponen-komponen cinta yang dimiliki Sternberg diperlukan oleh pasangan dewasa awal yang sedang berpacaran untuk dapat mempertahankan hubungannya dari permasalahan-permasalahan yang terjadi agar nantinya hubungan yang sedang dijalin dapat berlanjut ke jenjang pernikahan. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti secara lebih mendalam tentang, bagaimana gambaran *triangular theory of love Sternberg* pada pasangan dewasa awal yang berpacaran?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan :

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui :

Gambaran *Triangular Theory of Love Sternberg* pada pasangan dewasa awal yang berpacaran.

Manfaat :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan, khususnya psikologi sosial dan psikologi perkembangan mengenai “Gambaran *Triangular Theory of Love Sternberg* pada pasangan dewasa awal yang berpacaran”

2. Manfaat Praktis

Bagi pasangan dewasa awal yang sedang berpacaran, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai gambaran komponen-komponen cinta yang dimiliki sehingga dapat digunakan untuk terus memelihara dan memperbaiki hubungannya.