

BAB II

KONFLIK PASANGAN SUAMI ISTRI YANG MENJALANI PERNIKAHAN JARAK JAUH

Pernikahan merupakan perwujudan ikatan hubungan asmara antara seorang pria dan seorang wanita untuk membangun mahligai rumah tangga yang mendapat pengesahan agama dan negara. Jenjang pernikahan merupakan sebuah tahap *committer romantic relationship* di mana kedua individu telah saling berkomitmen hidup bersama dalam kondisi apa pun guna membangun serta merawat keberjalanan hubungan. Akan tetapi, dalam tiap hubungan – termasuk pernikahan, tidak menutup kemungkinan terjadi gesekan maupun konflik yang apabila tidak diselesaikan dengan penanganan yang tepat dapat berpotensi merusak kerharmonisan.

Bab ini berisi gambaran umum mengenai pasangan pernikahan jarak jauh sekaligus memaparkan maraknya fenomena ini, serta menjabarkan strategi manajemen konflik yang umum dilakukan oleh pasangan ketika tengah menghadapi konflik.

2.1 Pasangan Suami Istri dalam Pernikahan

Cinta merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia dalam upaya memenuhi perasaan saling menyayangi, mengasihi, dan mendapatkan rasa nyaman serta tenteram. Dalam bahtera rumah tangga, suami dan istri memiliki hak dan kewajiban yang setara, dengan tugas serta peran yang bisa jadi berbeda, bergantung kesepakatan antarkedua belah pihak. Menurut Stenberg, terdapat tiga komponen utama cinta berdasarkan *The Triangular Theory of Love* yang meliputi intimasi, hasrat atau nafsu, dan komitmen (Suryanto, 2016: 11). Pernikahan merupakan hubungan yang levelnya lebih tinggi dibanding pacaran, sebab dalam pasangan yang telah mencapai tahap “menikah” tentunya mereka telah memiliki tiga komponen utama tersebut sebagai salah satu dasar fondasi membangun rumah tangganya.

Penyesuaian dalam perkawinan merupakan proses adaptasi pasangan suami istri dalam membentuk keluarga, memenuhi harapan, dan menyelesaikan masalah yang muncul. Rumah tangga yang baik bukan berarti tanpa konflik, tetapi saat pasangan bisa menyelesaikan konflik dengan baik. Kebahagiaan pernikahan hanyalah bisa diraih oleh pasangan suami istri yang memiliki kualitas pernikahan yang baik. Dalam mengarungi bahtera rumah tangga, setiap pasangan dituntut untuk menghadapi proses penyesuaian terhadap peran dan tanggung jawab yang ia emban setelah menikah. Ketidakmampuan dalam menjalani proses penyesuaian tidak jarang akan menimbulkan konflik yang apabila tidak terselesaikan dengan baik dapat memperburuk hubungan sehingga berujung pada perceraian (Fatmawati dkk., 2018: 166).

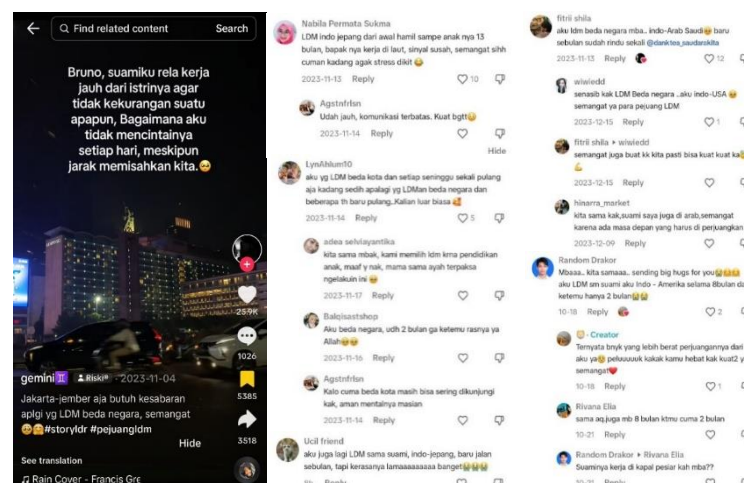
Penyesuaian perkawinan terjadi sepanjang kehidupan pernikahan pasangan suami istri. Proses ini melibatkan pengenalan dan pengembangan yang didasari oleh akronim LOVE yang berarti *Listen, Observe, Value, dan Empathy* (Suryanto, 2016: 14). Selain cinta, perkawinan juga membutuhkan saling pengertian, penerimaan terhadap latar belakang, sifat, kepribadian, dan budaya pasangan, serta kejujuran, keterbukaan, dan saling percaya untuk menciptakan harmoni dalam membangun keluarga yang bahagia. Penyesuaian perkawinan terjadi sepanjang kehidupan perkawinan, di mana pasangan suami istri berusaha menyesuaikan diri dengan perubahan dalam kehidupan rumah tangga, seperti pola aktivitas sehari-hari, karier, pengasuhan anak, serta kesejahteraan keluarga di masa depan.

2.2 Fenomena Pernikahan Jarak Jauh

Pembentukan *intimacy* terhadap pasangan memerlukan pemahaman dan penerimaan terhadap diri sendiri sebagai fondasi utama. Dalam hubungan jarak jauh bagi pasangan yang sudah menikah akan memungkinkan munculnya kekhawatiran karena tidak dapat bertemu secara langsung dalam membangun *intimacy*. Jarak dalam hubungan dapat menyebabkan individu memiliki perasaan cemburu, merasa khawatir, dan bahkan muncul kecurigaan karena adanya keterbatasan pertemuan.

Hubungan suami istri jauh lebih kompleks dibandingkan dengan hubungan semasa berpacaran. Pernikahan membutuhkan keintiman, komitmen, saling mencintai, dan pengertian yang mendalam. *Long Distance Marriage* (LDM) merupakan fenomena umum di masyarakat di mana pasangan tinggal terpisah karena tujuan pendidikan, karier, atau alasan lainnya. Pasangan LDM menggunakan strategi yang berbeda untuk menjaga komitmen dan keutuhan perkawinan mereka. Strategi ini menjadi kunci keberhasilan dalam menjaga hubungan meskipun terpisah oleh jarak (Noor dkk., 2022: 27). Periode awal perkawinan merupakan masa rawan dan penting untuk membangun fondasi yang kuat bagi pasangan suami istri dalam mewujudkan keluarga impian mereka. Usia perkawinan 0-5 tahun tergolong periode krisis karena pasangan menghadapi berbagai tantangan penyesuaian diri, mengenal pasangan, diri sendiri, dan mengatasi krisis pertama dalam pernikahan (Hidayah & Hatta, 2020: 87).

Di Indonesia, cukup banyak ditemui pasangan suami istri yang menjalani pernikahan jarak jauh, baik beda kota, beda pulau, bahkan beda negara maupun benua. Menurut pengamatan melalui media sosial TikTok, dijumpai beragam konten yang dibuat. Tak hanya sampai di situ saja, dari konten tersebut pun menuai ribuan komentar warganet.



Gambar 2.2.1 Unggahan konten Tiktok dan kolom komentar yang berisikan curhatan pejuang pernikahan jarak jauh

(Sumber: [tiktok.com/yourgemini949/video/33212123](https://www.tiktok.com/yourgemini949/video/33212123))

Fenomena pernikahan jarak jauh atau *long distance marriage* (LDM) menuai pro dan kontra bagi banyak masyarakat. Warganet pun berbondong-bondong membagikan pandangan mereka mengenai topik tersebut. Tidak sedikit pula warganet yang mengatakan bahwa mereka tidak sanggup menjalani pernikahan jarak jauh dan sebagian lainnya ada juga yang mempertanyakan mengenai pilihan orang mengapa memilih LDM, dan sisanya memberi apresiasi serta semangat pada pasangan yang tengah menjalani LDM.



Gambar 2.2.2 Pandangan warganet TikTok mengenai pernikahan jarak jauh

(Sumber: [tiktok.com/syahlalasaridewww/video/42388933](https://www.tiktok.com/syahlalasaridewww/video/42388933))

Terlebih bagi pasangan suami istri yang menjalani pernikahan jarak jauh beda negara, adanya perbedaan zona waktu tentunya akan menjadi tantangan tersendiri bagi mereka, sebab hal tersebut tentunya akan sangat berpengaruh pada waktu produktif dan waktu luang yang bisa jadi amat berbeda. Dan hal itu juga berkaitan erat dengan frekuensi, intensitas, serta kualitas komunikasi yang mereka bangun. Belum lagi faktor di luar itu, seperti misalnya faktor internal mengenai buah hati. Beberapa warganet mengungkapkan kesedihan dan rasa sepi yang mereka rasakan ketika terpaksa harus berjauhan dengan pasangan.



Gambar 2.2.3 Curhatan warganet TikTok yang menjalani pernikahan jarak jauh

(Sumber: tiktok.com/nurlitaakur96/video/38490094)

Seperti halnya WS, seorang laki-laki yang memiliki pekerjaan di bidang pelayaran dan mengharuskannya terpaksa berpisah tempat dengan istrinya. Memasuki usia 4 tahun pernikahan dan belum adanya keturunan kerap kali membuat ia dan istrinya merasa ada sedikit ketegangan.

“Kalau dari yang saya lihat pasti sih jadi sedikit masalah bagi kita, karena selama 4 tahun ini kita belum ada anak. Entah karena aku kecapean atau ada faktor lain saya belum tau. Jadi suka ada obrolan obrolan yang misalnya jadi masalah buat kita di rumah tangga, apalagi pas lagi jauh, mau jelasin aja susah banget, sering jadi ke mana mana juga (bahasannya), bisa jadi salah satu faktor yang bikin retak.”

Ini menjadi tantangan baru bagi pernikahan yang masih muda dan memerlukan fondasi kuat untuk membangun kelangsungan rumah tangga di masa depan, di mana masa krisis perkawinan dapat dihadapi dengan jarak yang memisahkan mereka. Pasangan LDM menghadapi konsekuensi dan tantangan karena biasanya pasangan suami istri tinggal bersama. Komunikasi yang kuat dan kepercayaan tinggi sangat penting dalam menjaga pernikahan mereka. Terutama bagi pasangan yang menjalani LDM pada awal perkawinan, strategi diperlukan untuk mempertahankan hubungan dan kebahagiaan berumah tangga.

Kepercayaan bukanlah suatu hal yang dapat dengan dibangun secara instan, tetapi melalui kebiasaan yang konsisten dalam hubungan interaksi antar manusia, termasuk terhadap pasangan. Kepercayaan mutlak sangat dibutuhkan sebagai

fondasi sebuah hubungan yang harmonis dan memuaskan antar kedua belah pihak. Pasangan suami istri yang mendambakan hubungan yang bahagia harus terus belajar untuk saling menciptakan kepercayaan kepada pasangannya, terutama bagi pasangan yang sedang menjalani hubungan jarak jauh.

Pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh tentunya memiliki dinamika konflik yang tidak sama dengan pasangan yang tinggal satu atap. Pasangan LDM memiliki interaksi dan komunikasi yang terbatas karena jarak memisahkan mereka. Mereka mengekspresikan emosi melalui komunikasi verbal dan nonverbal, seperti memberikan pujian sebagai bentuk kasih sayang, tetapi tidak dapat melakukan *physical touch* secara intens karena tidak bertemu secara langsung.

Komunikasi yang buruk akan menghambat penyesuaian dalam pernikahan, terutama bagi pasangan LDM. Konflik yang terjadi harus dihadapi dan diselesaikan dengan komunikasi efektif dan empati. Mampu mengungkapkan hal yang tidak disukai dari pasangan dengan tujuan perbaikan merupakan salah satu upaya agar hubungan antar-suami dan istri dapat berjalan dengan baik dan tentu saja membutuhkan kemampuan komunikasi yang baik agar diterima dengan baik oleh pasangan. Pasangan LDM memiliki tantangan komunikasi, diperlukan taktik maupun cara komunikasi yang baik untuk mengatasi konflik tanpa salah paham. Masalah harus segera didiskusikan agar tidak membesar dan berujung pada perpisahan.

Menjaga komunikasi antara pasangan sangatlah penting, terutama bagi pasangan yang menjalani LDM dan tentunya memiliki tantangan tersendiri dalam menjaga komunikasi yang terbatas. Munculnya ketidakpastian hubungan lebih sering terjadi pada hubungan jarak jauh karena jarak fisik adalah sumber utama pada ketidakpastian sebuah hubungan. Komunikasi yang baik, efektif dan asertif bisa menjaga keharmonisan rumah tangga.

2.3 Konflik Pasangan Pernikahan Jarak Jauh

Menurut Rakhmat (2019: 128) hubungan interpersonal tidaklah bersifat statis, melainkan selalu berubah. Sehingga untuk memelihara dan mempertahankan hubungan interpersonal diperlukan tindakan-tindakan tertentu guna mengembalikan *equilibrium* atau keseimbangan, terutama ketika tengah terjadi gesekan yang mengarah ke perselisihan. Termasuk juga dalam konteks rumah tangga, khususnya pasangan suami istri.

Hanani (2017: 94) berpandangan bahwa konflik dalam perspektif lain juga memiliki implikasi atau dampak yang positif terhadap proses kehidupan. Konflik tidak selalu menjadi bumerang dalam kehidupan, melainkan konflik juga memiliki fungsi tersendiri dalam hubungan antarmanusia. Terdapat beberapa dampak yang muncul apabila seseorang tidak dapat menyelesaikan konflik personal yang dialaminya, yakni menghambat proses sosial dengan orang lain; menjadi tekanan psikis; menghambat pengembangan potensi diri; menghambat berpikir jernih; menghambat aktivitas; memunculkan perasaan bersalah; merasa terasing; dan tidak bahagia.

Proses terjadinya konflik dapat dilihat dari faktor yang mendorong munculnya konflik, di antaranya memburuknya komunikasi antara individu yang terlibat. Konflik dapat menjadi dilematis apabila tidak diselesaikan dengan cara yang baik dan tepat. Oleh karena konflik merupakan suatu keniscayaan, maka seyogianya suami ataupun istri tidak fokus pada konflik tersebut, melainkan harus berupaya memusatkan seluruh energi dan perhatian yang dimiliki pada solusi atau pemecahan atas konflik yang tengah dihadapi. Semakin suami atau istri menghindari konflik atau berpikir negatif tentang konflik, maka semakin sering pula konflik datang silih berganti (yang otomatis cenderung lebih sulit untuk menemukan jalan keluar). Konflik merupakan sesuatu yang riskan, sehingga diperlukan pengelolaan yang tepat. Sebab, jika seseorang salah dalam memahami dan menyikapi suatu konflik, dapat beresiko mengakibatkan bumerang di masa kini ataupun di kemudian hari.

Konflik juga bisa muncul karena adanya ekspektasi dan persepsi yang berbeda serta ditambah oleh perbedaan latar belakang, keinginan, kebutuhan, pandangan, serta nilai yang dianut sebelum memutuskan untuk mengesahkan hubungan dengan ikatan pernikahan, mengingat proses penyesuaian dalam pernikahan memerlukan waktu yang tidak singkat. Masalah-masalah yang muncul dalam rumah tangga dan kemudian rentan memicu konflik umumnya terjadi akibat adanya ketidaksesuaian atau ketidakselarasan dalam upaya pemenuhan kebutuhan rumah tangga yang sifatnya darurat atau mendesak.

Konflik dalam rumah tangga merupakan perselisihan atau pertentangan yang terjadi antara suami dan istri disebabkan oleh pemikiran, pandangan, kepribadian, tata nilai, maupun emosi yang berbeda dalam memandang ataupun memaknai sesuatu yang kemudian menimbulkan ketegangan sebagai akibat dari ketidaksesuaian keinginan dalam hal tersebut. Selain karena hal yang mendasar tersebut, konflik juga dapat disebabkan oleh miskomunikasi yang mungkin terjadi antara suami dan istri. Konflik rumah tangga lebih rentan terjadi apabila pasangan tidak berada dalam satu tempat yang sama dalam periode atau jangka waktu tertentu yang tidak terbilang sebentar, sebab konflik juga bisa jadi muncul hanya karena bermula dari hal sepele seperti kesalahpahaman. Konflik pernikahan atau rumah tangga dapat memberikan efek maupun pengaruh yang cukup signifikan terhadap keberjalanan hubungan antara suami istri. Terlebih bagi pasangan pernikahan jarak jauh, hal-hal yang dihadapi semakin kompleks dikarenakan adanya perbedaan zona waktu yang kemudian memengaruhi banyak aspek dalam kehidupan. Kesalahpahaman sering kali terjadi akibat kondisi-kondisi yang tidak dapat dipahami satu sama lain.