

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Hubungan jarak jauh merupakan salah satu hubungan romantis yang kerap kali mengalami konflik antarpribadi. Menurut Pusat Penelitian Hubungan Jarak Jauh (CSLDR) 2021, 27% pasangan hubungan jarak jauh putus pada bulan pertama, 37% pada tiga bulan pertama sebesar, 42% pada enam bulan pertama, 11% pada delapan bulan pertama, dan 8% pada tahun pertama sebesar. Melalui data tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin lama hubungan jarak jauh berjalan, semakin kecil kemungkinan untuk putus. Pusat penelitian tersebut menyebutkan bahwa terdapat tiga alasan utama pasangan menjalani hubungan jarak jauh, yaitu pekerjaan, penelitian, dan penempatan militer. Disebutkan juga bahwa rata-rata jarak pasangan melakukan LDR adalah 125 mil.

Hubungan romantis sendiri menurut DeVito (2023) adalah perasaan yang ditandai dengan adanya perasaan kedekatan, kelembutan, dan disertai dengan perasaan intim, gairah, dan juga komitmen. Dikatakan juga, bahwa hubungan romantis adalah hubungan antar pribadi yang dapat dibangun, dipertahankan, dan bisa juga dihancurkan, dengan komunikasi. Menurut Honghao, Yang Po, dan Tianyu (2021), hubungan romantis membuat berbagai macam tantangan khususnya pada remaja, di mana hal ini dikarenakan fantasi hubungan romantis yang dimiliki oleh remaja telah mengontribusi pada emosi yang tidak stabil, yang mempengaruhi pertumbuhan mereka, termasuk dalam prestasi akademik dan kemampuan antarpribadi. Terlebih lagi, dikatakan juga bahwa pengalaman awal dalam berhubungan romantis dapat memiliki pengaruh yang lebih lama dalam hubungan pernikahan, keluarga, depresi, dan kecemasan pada hubungan pernikahan yang lebih bertahan lama, hubungan keluarga, depresi, dan kecemasan.

Dalam suatu hubungan romantis, khususnya hubungan romantis jarak jauh, tentu tidak terlepas dari konflik-konflik yang dapat terjadi. Menurut Fadila Ulfa dan Adhrianti (2019), terdapat faktor eksternal dan faktor internal yang menyebabkan terjadinya konflik dalam hubungan jarak jauh. Faktor internal dapat berasal dari diri masing-masing, seperti suasana hati yang tidak bagus, emosi, dan juga kepercayaan. Sedangkan faktor eksternal berupa teman dekat, kesibukan, dan lainnya.

Komunikasi yang tidak sejalan atau tidak efektif biasanya menjadi awal penyebab terjadinya konflik. Konflik sudah menjadi hal yang sangat umum untuk terjadi dalam hubungan antarpribadi (De Vito 2023), hal ini dikarenakan individu tidak bisa memaksa individu lainnya untuk memiliki pendapat, pandangan, dan karakteristik yang sama. Konflik terjadi ketika ada pertentangan pendapat ataupun harapan antara satu pihak dengan pihak lainnya (Andri Wahyudi, 2015). Konflik dapat disebabkan oleh berbagai hal, di mana salah satunya adalah komunikasi. Menurut Ali Syamsuddin Amin (2017), komunikasi yang menimbulkan salah pengertian merupakan penyebab dari terjadinya konflik. Hal ini juga bisa disebut sebagai komunikasi yang inkonsisten, di mana ini bisa terjadi dikarenakan unsur dari pesan atau dari komunikasi itu sendiri.

Konflik yang terjadi yang melibatkan perbedaan nilai dan atau karakter yang timbul dari ketidaksepakatan antar individu disebut juga sebagai konflik antarpribadi (Arega Bazezew, 2017). Konflik antarpribadi adalah konflik yang umum terjadi pada kehidupan sehari-hari, baik itu pada hubungan pertemanan, keluarga, kerja, dan hubungan romantis jarak dekat, maupun jauh. Pada Permatasari (2014), disebutkan bahwa konflik dapat meningkatkan kualitas, tetapi juga dapat merusak hubungan seseorang. Kerusakan hubungan tersebut dapat ditandai dengan adanya perasaan negatif kepada pihak lain dan komunikasi yang rusak. Pada lain sisi, peningkatan hubungan dapat ditandai dengan pemahaman yang lebih dalam terhadap pihak lain dan komunikasi yang semakin lancar dengan satu sama lainnya. Meningkat atau memburuknya suatu hubungan terhadap konflik tergantung dari bagaimana penanganan yang dilakukan oleh kedua pihak.

Preitrose (2018) mengatakan bahwa konflik adalah proses yang terjadi ketika satu kelompok bahwa kepentingannya ditentang atau dipengaruhi secara negatif dengan kelompok lainnya. Konflik ini merupakan konflik yang paling umum untuk terjadi pada kehidupan sehari-hari, baik itu dalam rumah, organisasi, dan hubungan antarpribadi. Jika konflik tersebut diatasi secara efektif, konflik dapat membangun. Akan tetapi jika tidak, konflik dapat menghancurkan hubungan.

Pada Basharat Ali Khan (2021) terdapat penelitian mengenai penyebab dari terjadinya konflik antarpribadi. Dari penelitian yang dilakukan, ditemukan bahwa salah penafsiran, kepribadian yang berselisih, dan penyalahgunaan seksual merupakan penyebab terbesar untuk sebuah konflik terjadi. Sedangkan menurut Zulkifli, Saidon, Aziz (2022), konflik antarpribadi ini terjadi dikarenakan beberapa hal, seperti stress, kurangnya komunikasi, kurangnya afeksi dan keintiman secara fisik, kurangnya dukungan, dan kurangnya kepercayaan. Konflik antarpribadi dapat meningkat dengan cepat, dan menjadi pribadi jika tidak diselesaikan tepat pada waktunya.

Berdasarkan penjelasan yang diberikan para ahli, dapat disimpulkan bahwa konflik antarpribadi identik dengan perbedaan pendapat individu atau pun kelompok, perselisihan, pertengkaran, perkelahian fisik, dan juga konfrontasi. Meski begitu, konflik dapat bermanfaat bagi suatu hubungan untuk menjadi lebih dekat dan mengerti satu dengan yang lainnya jika konflik tersebut dihadapi dengan efektif. Di lain sisi, konflik juga dapat menghalangi pencapaian tujuan seseorang, menghancurkan suatu hubungan hingga terjadi pemutusan hubungan.

Terdapat banyak pasangan yang sering kali gagal dalam menjalani hubungan romantis jarak jauh dikarenakan terjadinya konflik yang terus menerus. Terlebih lagi dengan adanya jarak sebagai hambatan dalam berinteraksi. Seperti yang sudah dikatakan sebelumnya, penanganan konflik yang baik dapat menimbulkan harmonisasi dan dapat menciptakan komunikasi yang lebih intim, sehingga dapat membantu meningkatkan hubungan antarpribadi. Terlebih lagi,

dalam menyelesaikan konflik itu pun akan dibutuhkan komunikasi antarpribadi yang efektif (Ali Syamsuddin Amin, 2017).

1.2 Rumusan Masalah

Hubungan romantis jarak jauh telah menjadi salah satu hubungan antarpribadi dengan kecenderungan memiliki tingkat konflik antarpribadi yang cukup tinggi. Berdasarkan riset oleh Statistic Brain (2017), terdapat 40% pasangan hubungan jarak jauh mengalami konflik yang berakhir pada pemutusan hubungan, dengan rata-rata waktu 4.5 bulan. Akan tetapi di lain sisi, riset tersebut juga menunjukkan bahwa 75% pasangan yang bertunangan pernah menjalani hubungan jarak jauh. Hal ini tentunya tidak terlepas dari manajemen konflik antarpribadi yang dilakukan oleh pasangan-pasangan tersebut. Manajemen konflik antarpribadi merupakan upaya yang dilakukan individu dalam hubungan antarpribadi dengan tujuan untuk menyelesaikan konflik yang sedang terjadi dalam hubungan tersebut.

Strategi dalam manajemen konflik dibutuhkan bagi kelompok maupun individu untuk memperbaiki hubungan antarpribadi dan masalah yang sedang terjadi. Beberapa strategi dalam menghadapi konflik adalah menghindar, mengakomodasi, kompetisi, kompromi, dan kolaborasi. Pengelolaan konflik dibutuhkan untuk menghindari kerugian yang dapat terjadi antara dua atau lebih pihak. Strategi manajemen konflik yang baik dapat menimbulkan harmonisasi dan menciptakan komunikasi yang terbuka (Sri Wartini 2015).

Melihat tingginya persentase tingkat berpisahnya pasangan jarak jauh namun juga tingginya tingkat keberhasilan hingga bertunangan membuat peneliti ingin meneliti konflik yang terjadi pada pasangan hubungan jarak jauh, serta bagaimana mereka menghadapi konflik tersebut sehingga masih banyak pasangan hubungan jarak jauh yang masih bertahan. Keberhasilan tersebut menunjukkan bahwa konflik tidak selalu menjadi suatu hal yang destruktif, yang mana hal ini dapat bergantung dengan kecakapan dari masing-masing pasangan dalam mengatasi suatu konflik. Ketepatan dalam memilih strategi konflik dapat membantu suatu hubungan jarak jauh menjadi lebih bertahan atau langgeng.

Dengan ini, maka peneliti merumuskan rumusan masalah: Bagaimana upaya strategi manajemen konflik yang tepat bagi pasangan hubungan jarak jauh agar hubungan dapat bertahan?

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah yang sudah ditetapkan, peneliti merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apa faktor yang dapat memicu konflik antar pasangan hubungan jarak jauh?
2. Apa saja konflik yang sering terjadi pada hubungan jarak jauh?
3. Bagaimana strategi manajemen konflik yang dilakukan oleh pasangan yang masih bersama setelah melewati minimal satu tahun hubungan jarak jauh?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui faktor yang dapat memicu terjadinya konflik pada pasangan hubungan jarak jauh.
2. Untuk mengetahui konflik yang sering terjadi pada hubungan jarak jauh.
3. Untuk mengetahui strategi manajemen konflik yang tepat dalam mempertahankan hubungan jarak jauh.

1.5 Kegunaan Penelitian

1.5.1 Kegunaan Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan pengertian strategi manajemen konflik dari sisi komunikasi, serta pemahaman lebih dalam atas strategi manajemen konflik pada hubungan antarpribadi. Terlebih lagi penelitian ini juga dapat menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya berhubungan dengan strategi manajemen konflik yang dilakukan oleh pasangan hubungan jarak jauh.

1.5.2 Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pasangan jarak jauh agar mengetahui cara penanganan konflik yang lebih tepat, sehingga mereka dapat mencapai kepuasan hubungan dan memiliki komunikasi yang lebih baik.

1.5.3 Kegunaan Sosial

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan mengenai bagaimana strategi manajemen konflik yang digunakan oleh pasangan jarak jauh dapat berpengaruh dalam hubungan tersebut, sehingga dapat menjadi referensi bagi mereka saat mengatasi konflik.

1.5.4 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, di mana antara lainnya adalah:

- 1) Partisipan yang digunakan sebagian besar memiliki umur yang serupa sehingga tidak dapat digeneralisasikan pada individu dengan umur yang berbeda.
- 2) Penelitian ini hanya melihat dari sudut pandang strategi manajemen konflik yang dilakukan oleh pasangan hubungan jarak jauh yang berhasil, tetapi tidak melihat bagaimana dengan strategi manajemen konflik yang dilakukan oleh pasangan hubungan jarak jauh yang telah gagal, sehingga tidak dapat dilihat perbandingannya.

U M M N
U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A