

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Ketika individu mulai menginjak masa dewasa awal, yakni rentang usia 20-35 tahun, individu tersebut akan memasuki tugas perkembangannya yakni secara spesifik membentuk hubungan intim dan saling komitmen dengan orang lain (Santrock, 2012). Dalam masa ini, tidak sedikit individu yang mulai menjalani hubungan romantis yang disebut berpacaran dan jenis hubungan ini dimaknai sebagai suatu proses seseorang bertemu orang lain dalam lingkungan sosial tertentu dengan maksud untuk menentukan apakah orang tersebut cocok untuk menjadi pasangan hidupnya di masa depan (Winayanti & Widiasavitri, 2016). Dari jenis hubungan berpacaran yang secara umum dimiliki oleh setiap orang, tidak sedikit di antaranya yang memiliki jenis hubungan jarak jauh dapat disebut juga dengan *Long-Distance Relationship* (LDR).

Seiring perkembangan teknologi terutama dan semakin mudahnya akses komunikasi yang bisa dilakukan oleh semua orang membuat hubungan jarak jauh (LDR) menjadi suatu fenomena yang tersebar luas. Banyak orang yang ragu akan keberhasilan dalam hubungan jarak jauh karena adanya keterbatasan waktu untuk bertemu dan berkomunikasi secara langsung. Meski begitu dengan perkembangan teknologi yang pesat tentunya jarak bukanlah alasan bagi seseorang dalam menjalin sebuah hubungan. Bahkan seseorang yang menjalani hubungan jarak jauh juga dapat melanjutkan hubungannya sampai pada tahap pernikahan (Winayanti & Widiasavitri, 2016).

Menurut situs *Long Distance Relationships Statistics*, diperkirakan bahwa terdapat 14 juta pasangan di Amerika Serikat, baik itu hubungan berpacaran atau menikah namun hidup berpisah, berada dalam situasi LDR dan terdapat sekitar 1/3 dari pasangan di kota-kota besar di seluruh dunia harus memutuskan untuk hidup secara terpisah dengan pasangannya dikarenakan beberapa sebab seperti komitmen pekerjaan dan pendidikan. Di Indonesia, kondisi ini juga sering menimpa orang-orang yang harus tinggal jauh dari pasangannya, baik antar pulau atau bahkan antar negara.

Menurut salah satu survey yang melibatkan 123 partisipan, 49% dari mereka yang mencobanya berhasil mempertahankan hubungan jarak jauh hingga menikah, 38% menyatakan mereka tidak berhasil dalam hubungan jarak jauh, dan 5% sisanya menjalani hubungan jarak jauh namun dengan penuh keraguan (Eny, 2012). Meski begitu tentunya hubungan jarak jauh juga memiliki kemungkinan untuk dapat berakhir. Menurut hasil yang didapat dalam penelitian yang dilakukan oleh Lydon (Permatasari, 2014) ditemukan bahwa sekitar 75% dari 55 hubungan pacaran jarak jauh yang kandas di tahun pertama. Sedangkan berdasarkan data statistik *The Center for Study of Long Distance Relationships* hubungan jarak jauh lebih banyak mengalami kegagalan selama enam bulan pertama hubungan, namun seiring berlanjutnya hubungan, tingkat kegagalan justru menurun. Melalui data tersebut dapat dikatakan bahwa pacaran jarak jauh sulit untuk bertahan, meskipun ditemukan pula jenis hubungan jarak jauh yang bertahan cukup lama.

Pacaran jarak jauh merupakan suatu hubungan romantis berpacaran di mana kedua pihak harus terpisah dari segi geografis (Pistole, 2010). Pacaran jarak jauh merupakan suatu bentuk yang unik dalam hubungan romansa dikarenakan cukup berbeda dengan hubungan berpasangan pada umumnya yang ketika berpacaran dapat lebih mudah untuk berdekatan setiap waktu. Hubungan jarak jauh ini tentu memiliki dampak positif maupun negatif bagi yang sedang menjalaninya (Nisa & Sedjo, 2011). Menurut berbagai penelitian tentang LDR, bentuk hubungan jarak jauh ini bisa berdampak buruk bagi kesehatan psikologis seseorang. Hal ini disebabkan karena hubungan LDR sangat rawan konflik, yang dapat menimbulkan stres dan rasa tidak nyaman pada mereka yang berada dalam hubungan tersebut baik secara biologis maupun psikologis (Purba & Siregar 2006). Keharmonisan dalam hubungan romantis dapat dipengaruhi oleh hubungan jenis LDR karena LDR juga dikenal dapat meningkatkan kecemasan dan menurunkan kepuasan (Cameron & Ross, 2007). Menurut Emmons (Myers, 2000), dewasa muda akan paling bahagia ketika mereka puas dengan hubungan asmara mereka. Seseorang akan merasa puas dalam suatu hubungan romansa bila keadaannya sama atau

seimbang bagi masing-masing individu sehingga kedua belah pihak mendapatkan keuntungan dari hubungan tersebut (Regan, 2003).

Berada dalam hubungan jarak jauh merupakan salah satu rintangan yang dihadapi banyak pasangan dalam perjalanan hubungan mereka. Dibandingkan dengan orang-orang yang berada dalam hubungan romansa jarak dekat, studi Horn, dkk. (1997) menemukan bahwa orang-orang dalam hubungan jarak jauh merasa kurang dekat dengan pasangannya, berbagi lebih sedikit detail pribadi dengan pasangannya, dan melaporkan tingkat hubungan keseluruhan kepuasan yang lebih rendah. Menghadapi konsekuensi dari hubungan pacaran jarak jauh bisa sangat menantang, terutama pada awal masa menjalin hubungan. Hubungan romansa jarak jauh bisa lebih menantang untuk dikelola karena berbagai masalah yang rumit karena banyak hal yang harus dihadapi dari ketidakmampuan kedua belah pihak untuk membuat strategi penyelesaian dari perselisihan dan bentrokan yang mungkin terjadi selama pacaran jarak jauh (Permatasari, 2014).

Sementara banyak yang menganggap bahwa hubungan jarak jauh kurang memuaskan dibandingkan dengan hubungan jarak dekat secara geografis, beberapa lainnya menyatakan bahwa tidak semua orang dalam hubungan jarak jauh tidak bahagia. Dalam penelitian lainnya, orang-orang yang berada dalam hubungan jarak jauh melaporkan komunikasi dan hubungan yang sama memuaskannya dengan hubungan jarak dekat. Mereka juga melaporkan memiliki tingkat kesenangan, keintiman, dan komunikasi yang relatif tinggi serta agresi psikologis yang lebih rendah dibandingkan dengan pasangan yang tinggal bersama atau berdekatan (Kelmer, dkk., 2013; Dargie, dkk., 2015). Bahkan dikemukakan pula bahwa hubungan tertentu dan karakteristik individu dapat memprediksi hasil yang positif dalam menjalani hubungan jarak jauh (Dargie, dkk., 2015). Di sisi lain, Kelmer, dkk., (2013) menemukan bahwa orang yang menjalin hubungan romantis jarak jauh dan jarak dekat masih memiliki risiko putus cinta yang sama dan tingkat perpisahan tidak berbeda secara signifikan. Akibatnya, individu yang terlibat dalam hubungan romansa tersebut yang menentukan berhasil atau tidaknya hubungan jarak jauh (Rachmawati, 2007).

Selama bertahun-tahun, klasifikasi cinta yang berbeda telah dihipotesiskan dan hadir secara luas dalam literatur empiris sebagai acuan penting bagi pengembangan pengetahuan psikologis di bidangnya (Raffagnino & Puddu, 2018). Sehingga dalam menjalin sebuah hubungan romansa, setiap orang memiliki pendekatan yang berbeda dalam motivasi yang mendasari hubungan romantis yang serius. Gaya dalam pendekatan yang digunakan ini berdasarkan dengan sebuah model yang dikemukakan oleh Lee (1973) yang disebut gaya cinta (*love styles*) atau warna cinta (*the colors of love*). Ada enam gaya cinta, yang semuanya mewakili pendekatan yang berbeda atau motivasi yang mendasari hubungan romantis yang serius (Hendrick & Hendrick, 1986; Jonason & Kavanagh, 2010).

Jenis gaya cinta yang berbeda tentunya akan membuat seorang individu menyikapi cinta dengan gaya yang berbeda. Biasanya seorang individu dapat memiliki dua sampai tiga jenis gaya cinta yang berbeda (Ariyati & Nuqul, 2016). Gaya cinta merupakan sebuah sikap yang menggambarkan bagaimana individu mendefinisikan cinta dalam konteks hubungan romantis mereka yang dapat memengaruhi bagaimana individu merasa dan berperilaku dalam hubungan mereka dan tidak saling eksklusif dalam diri seseorang (Lee, 1977; Hendrick & Hendrick, 1989; Vedes, dkk., 2016). Gaya cinta tersebut antara lain Eros, Ludus, Storge, Mania, Pragma, dan Agape.

Pada gaya cinta Eros (Romantik) lebih mudah untuk tertarik pada pandangan pertama yang mengutamakan daya tarik fisik dan pengalaman emosional. Gaya cinta Ludus (Permainan) adalah jenis cinta yang tidak memiliki komitmen, tidak serius, dan terkesan main-main dalam suatu hubungan sehingga dalam prosesnya hubungan cenderung tidak bertahan lama. Gaya cinta Storge (Persahabatan) dimiliki oleh seseorang yang mengutamakan persahabatan dan menghargai hubungannya di mana mereka menganggap pasangannya sebagai teman lama. Gaya cinta Mania (Obsesif) adalah jenis cinta yang biasanya hadir pada orang dengan harga diri rendah dan ditandai dengan perilaku posesif pada pasangan. Gaya cinta Pragma (Praktis) adalah jenis gaya cinta bersyarat yang artinya individu mengharapkan orang lain atau pasangannya tersebut untuk memenuhi standar

tertentu yang dimilikinya. Gaya cinta Agape (Altruisme) adalah jenis cinta yang mengutamakan pasangannya di atas segalanya, terus-menerus memaafkan, dan peduli pada pasangannya tanpa mengharapkan imbalan dalam bentuk apapun (Fricker & Moore, 2002).

Gaya cinta Eros diketahui berhubungan positif dengan kepuasan hubungan dan secara konsisten terindikasi dapat memprediksi kepuasan hubungan (Hendrick, 1988; Montgomery & Sorell, 1997; Fricker & Moore, 2002). Sedangkan gaya cinta Ludus ditemukan secara konsisten dapat memprediksi kepuasan hubungan meski ditemukan juga bahwa Ludus memiliki korelasi negatif dengan kepuasan hubungan. Dalam penelitian yang lainnya juga ditemukan bahwa tidak berkaitan dengan kepuasan hubungan untuk orang dewasa muda tetapi sangat berkaitan negatif yang kuat dengan orang dewasa yang sudah menikah (Fricker & Moore, 2002; Montgomery & Sorell 1997). Gaya cinta Storge merupakan gaya cinta yang bersifat lebih menyenangkan dalam suasana hangat yang biasanya terbentuk dalam gaya cinta persahabatan, Storge hanya menunjukkan adanya hubungan kepuasan bagi mereka yang menikah dan memiliki anak (Montgomery & Sorell 1997; Ariyati & Nuqul, 2016; Suriyah, dkk., 2019). Gaya cinta Pragma ditemukan tidak menunjukkan korelasi apapun dengan kepuasan hubungan (Montgomery & Sorell, 1997).

Pada gaya cinta Mania ditemukan tidak menunjukkan korelasi apapun dengan kepuasan hubungan. Meski begitu dikatakan bahwa gaya cinta yang pada umumnya berlandaskan atas rasa kepedulian, kasih sayang, dan kebahagiaan namun ternyata sangat penuh tekanan dan menguras emosi ternyata ditemukan dari beberapa kasus merupakan gaya cinta Mania dan Agape (Montgomery & Sorell, 1997; Ariyati & Nuqul, 2016; Jonason, dkk., 2020). Secara khusus, ditemukan pula bahwa gaya cinta Agape dapat secara konsisten memprediksi kepuasan hubungan dan memiliki hubungan positif dengan kepuasan hubungan, namun terdapat penelitian lainnya yang menyatakan bahwa Agape berkaitan dengan ketidakpuasan hubungan. Pada penelitian lainnya, gaya cinta Agape dapat berhubungan dengan kepuasan hubungan namun hanya pada individu yang masih lajang dan menjalin

hubungan persahabatan dengan orang lain atau telah menikah dan memiliki anak (Hendrick, 1988; Fricker & Moore, 2002; Ariyati & Nuqul, 2016).

Pendekatan multidimensi ini memberikan kerangka inklusif untuk melihat perbedaan individu dalam menyikapi cinta (Tang, 2007). Sehingga dapat dikatakan bahwa gaya cinta ini sendiri memiliki dampak terhadap bagaimana seseorang menangkap perlakuan tersebut dari pasangannya. Salah satunya yakni dengan model tersebut membuat seseorang lebih dapat menyikapi perlakuan pasangannya dengan lebih beragam ketimbang perlakuan berbeda yang didapatkan dari gaya cinta yang lainnya. Lee tidak melihat gaya cinta sebagai sebuah *trait*, dikarenakan seseorang yang sama dapat mungkin untuk memiliki satu jenis karakteristik gaya cinta di sebuah hubungan dan karakteristik gaya cinta yang berbeda di hubungan yang lain. Bahkan terdapat kemungkinan bahwa dalam hubungan yang sama gaya cinta dapat berubah seiring waktu (Smith & Klases, 2016). Gaya cinta tentunya memiliki konsekuensi di kehidupan nyata, termasuk kepuasan dalam hubungan (Jonason & Kavanagh, 2010).

Pada beberapa penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, masih belum ada penelitian pada individu yang berpacaran jarak jauh. Dikarenakan ketiadaan penelitian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti *love styles* pada partisipan yang menjalani pacaran jarak jauh dan juga bertujuan untuk mengetahui apakah kondisi yang berbeda pada individu dengan jenis berpacaran tersebut juga berdampak pada *love styles* dan kepuasan hubungan. Sebagaimana disebutkan pada penjelasan di atas bahwa *love styles* ini bukanlah *trait*, maka jika dihadapkan pada suatu kondisi tertentu terdapat kemungkinan bahwa seseorang akan cenderung menggunakan *love styles* tertentu.

Berkaitan dengan kondisi dan situasi tersebut belum diketahui apakah *love styles* itu berlaku bagi semua individu yang menjalani hubungan romansa ataukah *love styles* yang diteliti dalam penelitian sebelumnya pada individu yang berpacaran secara umum berlaku juga pada pasangan yang berpacaran secara jarak jauh. Oleh karenanya, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan

*love styles* dengan kepuasan hubungan pada individu yang menjalani hubungan jarak jauh.

## **B. Pertanyaan Penelitian**

Pertanyaan penelitian dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan pada *love styles* dengan kepuasan hubungan pada individu yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah *love styles* memiliki hubungan dengan kepuasan hubungan pada individu yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran *love styles* yang dimiliki oleh individu yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh.
- b. Mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat kepuasan hubungan berdasarkan *love styles* individu yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

1. Menambah referensi kajian dalam ilmu psikologi terkait *love styles* pada kondisi hubungan yang berbeda.
2. Meneliti faktor interaksi pasangan terkait *love styles* yang memengaruhi kepuasan hubungan.
3. Mengetahui karakteristik hubungan pada individu yang melakukan hubungan pacaran jarak jauh.

## **E. Sistematika Penulisan**

Secara garis besar, sistematika penulisan pada skripsi ini adalah sebagai berikut.

### **1. Bab I Pendahuluan**

Bab ini menjelaskan mengenai latar belakang, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

## **2. Bab II Kajian Pustaka**

Bab ini menjelaskan konsep mengenai *love styles* atau gaya cinta, kepuasan hubungan serta hubungan pacaran jarak jauh. Kemudian pada bab ini terdapat kerangka pemikiran, asumsi, serta hipotesis penelitian.

## **3. Bab III Metode Penelitian**

Bab ini menjelaskan mengenai metode yang digunakan dalam penelitian. Bab ini juga menjelaskan tentang populasi dan sampel, variabel penelitian, definisi konseptual dan operasional, metode pengumpulan data, instrumen penelitian, analisis data, dan prosedur pelaksanaan penelitian.

## **4. Bab IV Hasil dan Pembahasan**

Bab ini menyajikan temuan penelitian dan memberikan deskripsi analisis data untuk memperoleh data berupa informasi yang dapat mendukung atau membantah hipotesis penelitian.

## **5. Bab V Simpulan dan Saran**

Bab ini merupakan kesimpulan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab IV dan rekomendasi yang diberikan kepada pengguna hasil penelitian dan peneliti selanjutnya.