

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Setiap manusia pasti melalui tahap-tahap perkembangan di dalam hidupnya, salah satu tahapan tersebut yaitu masa dewasa muda. Masa dewasa muda merupakan transisi dari masa remaja menuju masa dewasa. Menurut Erikson (Hapsari, 2018), masa dewasa muda (*young adulthood*) berusia 20 sampai 30 tahun. Dalam tahap ini, menciptakan hubungan yang intim menjadi salah satu tugas perkembangan yang penting. Hal ini berkaitan dengan krisis psikososial yaitu *intimacy vs isolation* atau keintiman vs isolasi (Erikson dalam Hapsari, 2018). Pada tahap perkembangan ini, dalam diri individu akan timbul dorongan untuk menjalin hubungan yang intim, individu mulai membentuk komitmen dan menciptakan hubungan dengan orang lain sebagai bentuk usaha untuk memperoleh dan mewujudkan intimasi, baik dalam hubungan romantis pacaran atau pun menikah. Individu dewasa muda akan berusaha untuk mendapatkan *companionship*, *emotional security*, cinta, dan keintiman fisik dengan tujuan akhir menemukan pasangan hidup (Simon & Barrett, 2010). Sejalan dengan pernyataan Havighurst (1961) yang mengemukakan bahwa mencari dan menemukan pasangan hidup bagi dewasa muda adalah tugas perkembangan yang harus dilalui (dalam Utami, 2022).

Adanya kebutuhan untuk memperoleh intimasi, menjadikan tugas individu dewasa muda untuk membangun dan mengembangkan hubungan romantis sebagai hal yang penting. Tingkah laku dan perilaku individu dapat dipengaruhi dengan terciptanya hubungan yang stabil dan kuat (Erikson dalam Papalia dalam Putri, 2010). Keberhasilan individu pada tahap perkembangan ini dapat dilihat dari kemampuannya dalam membentuk hubungan dan memeliharanya (Haugen et al., 2008). Individu pada tahap ini akan merasa terisolasi dan *self-absorbed* jika tidak mampu membentuk komitmen dan memelihara hubungan yang intim dengan orang lain (Erikson dalam Handini Agusdwitanti, Siti Marliah Tambunan, 2015). Isolasi merupakan ketidakmampuan individu dalam membentuk hubungan yang sehat dan intim dengan individu lain dikarenakan kegagalan pada tahapan-tahapan sebelumnya yang menyebabkan individu kesulitan untuk menjalin hubungan

dengan orang lain (Alwisol, 2009 dalam Utami, 2022). Kegagalan individu mewujudkan intimasi pada tahap perkembangan ini akan memengaruhi perkembangan individu pada tahapan-tahapan berikutnya. Selain itu, tidak berada dalam hubungan yang intim dapat menimbulkan rasa kesepian, memicu stres, kecemasan, depresi, dan gejala disfungsi psikologis lainnya (Gloria & Keith, 1994).

Tentunya manusia sebagai makhluk sosial memiliki kebutuhan berafiliasi dan tidak dapat hidup sendiri. Didukung oleh pernyataan Robins & Boldero (2003) yang menyatakan bahwa pada dasarnya sebagian besar manusia membutuhkan orang lain untuk hidup bersama dan berinteraksi (dalam Kusumowardhani, 2013). Oleh karena itu, manusia cenderung bersosialisasi, berinteraksi, dan berkomunikasi dengan manusia lainnya, kemudian menjadi saling membutuhkan satu sama lain. Semakin sering dan intens interaksi yang dilakukan dengan orang lain dapat memunculkan ketertarikan individu dengan orang tersebut. Ketertarikan tersebut yang kemudian berpotensi membangun dan mengembangkan hubungan yang lebih intim sehingga dapat terjalin hubungan romantis.

Hubungan romantis atau pacaran adalah hubungan antara dua individu yang saling mengakui dan menganggap kehadiran satu sama lain sebagai pasangan yang melibatkan cinta, penerimaan, dan komitmen (Iskandar, 2017). Seperti pernyataan Julia T. Woods (2014) yang mengatakan hubungan romantis adalah hubungan di antara dua individu yang menganggap satu sama lain, menjadi satu bagian, dan akan berkelanjutan (dalam Mayra, 2020). Menjalin hubungan romantis adalah proses saling mengenal lebih dekat dan intim dan merupakan masa menyesuaikan diri dengan pasangan. Pasangan romantis diartikan sebagai seseorang yang menarik perhatian kita dan cenderung menginginkan kontak yang lebih intim (termasuk kontak fisik seperti berpegangan tangan, merangkul, berpelukan, dan yang lainnya), pergi berkencan, serta keinginan untuk menjalin hubungan lebih dari sekadar teman (Harrison, 2000 dalam Renanda, 2018). Hubungan romantis berbeda dengan hubungan keluarga dan pertemanan karena hubungan romantis dianggap sebagai hubungan utama bagi dua individu dan melibatkan kemesraan (Mayra, 2020). Membangun dan membina hubungan romantis merupakan hal potensial yang dapat membawa kebahagiaan pada diri seseorang sehingga menjadi fokus perhatian dan waktu untuk membangun dan membina hubungan, meskipun dapat menjadi sesuatu

yang berpotensi menyakitkan pula. Diperlukan interaksi dan komunikasi yang baik dalam hubungan romantis sehingga pasangan akan sama-sama merasa nyaman dan puas dengan hubungan yang dijalani. Bukan sesuatu yang bisa dianggap mudah untuk individu menjaga dan mempertahankan hubungan romantis yang sehat. Individu harus memahami dirinya sendiri dahulu dengan baik, kemudian individu harus mampu mengekspresikan emosi, mampu mengkomunikasikan berbagai hal, mampu mengelola konflik, mampu berkomitmen, mampu bekerja sama dan saling menghargai, hingga pengambilan keputusan (Putri, 2010).

Dalam membina hubungan romantis ada berbagai faktor yang dapat menyebabkan rusaknya sebuah hubungan. Seperti yang terjadi belakangan ini, banyak pemberitaan buruk mengenai pasangan yang menjalin hubungan romantis, hal ini sering kali mengenai perselingkuhan dan kekerasan, bahkan menjadi topik yang banyak diperbincangkan. Di twitter, “selingkuh” dalam beberapa bulan terakhir sempat menjadi *trending topic*, berawal dari isu-isu yang datang dari *public figure*. Dilansir dari Prambors FM, survei yang dilakukan oleh *Just Dating* (sebuah aplikasi kencan) menyebutkan bahwa sebanyak 40 persen pasangan yang ada di Indonesia pernah berselingkuh (Helen, 2022). Berdasarkan apa yang terjadi, peneliti melihat adanya ketidakpuasan dalam diri pasangan terhadap hubungan yang dijalani sehingga terjadi perselingkuhan. Pendapat peneliti didukung oleh pernyataan Rusbult dan Buunk (dalam Anderson & Emmers-Sommer, 2006) yang mengatakan keinginan seseorang untuk terlibat dalam perselingkuhan akan meningkat bila tidak ada kepuasan terhadap hubungan yang dijalani. Seseorang yang tidak merasa puas dengan hubungannya akan cenderung mencari cara untuk memenuhi kepuasan tersebut meskipun dengan mengkhianati pasangannya atau berselingkuh (Iskandar, 2017).

Selain perselingkuhan, dilansir dari detik *health* sosok penyanyi Andien baru-baru ini mengungkap bahwa dirinya pernah mendapat kekerasan dan menjadi korban *abusive relationship* (Azizah, 2022). Menurut Komisi Nasional Perlindungan Perempuan yang dikutip dari tempo.co tercatat bahwa dalam periode Januari hingga Oktober 2021, Komnas Perempuan menerima laporan sebanyak 1.200 kasus kekerasan dalam pacaran (Persada, 2021). Komnas Perempuan juga menyebutkan bahwa kekerasan dalam pacaran (KDP) merupakan jenis kasus

kekerasan di ranah privat ketiga terbanyak (Persada, 2021). Berdasarkan data tersebut, hasil penelitian oleh Genti Syafira dan Erin Kustanti (2017) mengatakan salah satu faktor terjadinya KDP adalah tidak adanya kepuasan dalam hubungan. Hubungan yang tidak memuaskan akan cenderung membuat pasangan mencari-cari kekurangan atau kesalahan pasangannya sehingga semakin banyak konflik-konflik yang muncul dalam hubungan tersebut yang membuat meningkatnya kasus kekerasan dalam pacaran (Syafira & Kustanti, 2017). Selain itu, hasil penelitian Tunisa dan Damaiyanti (2021) menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki kepuasan hubungan tinggi maka tingkat kekerasan dalam pacarannya akan rendah.

Untuk mendukung fenomena tersebut, peneliti melakukan *preliminary study* dengan mewawancarai lima narasumber mengenai kepuasan hubungan. Hasilnya menunjukkan bahwa dari lima orang, tiga orang diantaranya mengatakan kurang puas dengan hubungan yang dijalani, satu orang diantaranya mengatakan puas dengan hubungan yang dijalani, dan satu orang lainnya mengatakan ada sisi puas dan tidaknya dengan hubungan yang dijalani. Ketidakpuasan ini disampaikan dengan beragam alasan, penyebab ketidakpuasan diantaranya kurangnya *quality time* dengan pasangan, kurangnya kemampuan mengkomunikasikan perasaan, keinginan, dan keadaan dengan pasangan, keluarga pasangan yang tidak mendukung, serta harapan awal terhadap pasangan berbeda dengan yang telah dijalani. Hal ini berdampak terhadap hubungan yang dijalani seperti sering terjadi konflik, kerenggangan dalam hubungan, bahkan intensi untuk mengakhiri hubungan. Sejalan dengan pernyataan Rusbult dan Buunk (dalam Aryani, 2016) yang mengungkapkan bahwa cepat atau lambat hubungan akan berakhir jika pasangan merasa tidak puas dengan hubungannya. Di samping itu, yang mengatakan puas dengan hubungannya merasa dirinya dan pasangan bisa saling memahami dan hubungan yang dijalani memberikan timbal balik serta pengaruh positif, sehingga ia menunjukkan keinginan untuk terus berkomitmen mempertahankan hubungan tersebut. Didukung oleh Baumeister dan Leary (1995) yang menemukan bahwa kepuasan dalam hubungan romantis dapat memengaruhi kesehatan mental serta fisik seseorang.

Bersumber dari ketidakpuasan yang terjadi dan melihat akibat yang ditimbulkan dapat merugikan (seperti perselingkuhan dan kekerasan dalam

pacaran), menunjukkan seberapa penting kepuasan hubungan pada individu dewasa muda yang menjalin hubungan romantis. Oleh sebab itu, pasangan perlu mendapatkan kepuasan hubungan agar masing-masing pihak merasa nyaman dan memiliki hubungan romantis yang sehat. Kepuasan merupakan perasaan seseorang ketika apa yang diinginkan dan diharapkan terpenuhi. Kepuasan hubungan atau *relationship satisfaction* adalah sejauh mana seseorang merasa puas dengan hubungan yang sedang dijalani bersama pasangan (Anderson & Emmers-Sommer, 2006). Kepuasan hubungan termasuk faktor yang penting dalam sebuah hubungan romantis karena kepuasan menjadi salah satu yang menentukan kualitas dan keberhasilan suatu hubungan yang intim (S. S. Hendrick, 1988).

Kepuasan akan didapat ketika di dalam hubungan tersebut seseorang memiliki perasaan positif terhadap pasangannya (Lindholm, 2006). Sejalan dengan pernyataan tersebut, Renanda (2018) menyatakan bahwa kepuasan dalam hubungan romantis akan didapat jika tujuan dan harapan yang diinginkan dari hubungan tersebut dapat terpenuhi. Sedangkan ketidakpuasan dalam hubungan romantis terjadi karena apa yang didapat dan apa yang diberikan pasangan tidak seimbang dengan dirinya, pola pikir yang tidak sejalan, sifat bahkan penampilan pasangan, dan rasa iri terhadap pencapaian pasangan (Regan, 2008). Pasangan yang merasa puas dengan hubungannya akan saling mengusahakan untuk keberlangsungan hubungan, saling menunjukkan kasih sayang, memberi dukungan, dan berkomitmen. Sedangkan pasangan yang tidak merasa puas dengan hubungan yang dijalani akan selalu merasa kurang dan cenderung akan berakhir cepat atau lambat. (Rusbult & Buunk dalam Lindholm, 2006).

Merasakan cinta dan keintiman dengan pasangan dapat memengaruhi kepuasan terhadap hubungan romantis yang dijalani (Gloria & Keith, 1994). Sejalan dengan pernyataan tersebut, konsep Sternberg (1986) menyatakan bahwa intensitas pemenuhan tiga komponen *intimacy*, *passion*, *commitment* dalam cinta dapat menentukan seberapa puas individu terhadap hubungan romantis yang dijalani (dalam Rae, 2017). Sternberg dalam teori ini mengasumsikan bahwa ada tiga komponen penting yang mendasari cinta yang dialami individu, yang diperkenalkan sebagai *triangular love* atau teori segitiga cinta. *Intimacy* atau keintiman mengacu pada perasaan yang menumbuhkan 'kedekatan, ikatan, dan

keterhubungan' dalam hubungan romantis (Stenberg, 1987 dalam Acker & Davis, 1992); *Commitment* melibatkan pilihan yang disadari dan disengaja, pertama dalam keputusan untuk mencintai dan menjalin hubungan romantis (jangka pendek) dan kemudian dalam keputusan untuk mempertahankan (jangka panjang) cinta dan hubungan yang dimiliki; dan *Passion* yang mengarah pada ketertarikan fisik dan dorongan atau gairah seksual. Namun tidak hanya itu saja, termasuk di dalamnya kebutuhan akan afiliasi, dominasi, harga diri, dan aktualisasi diri (Acker & Davis, 1992). Ketiga komponen tersebut saling berhubungan. Jika hubungan didasarkan hanya pada salah satu komponen saja, maka akan lebih rentan dibandingkan hubungan yang didasarkan oleh dua atau bahkan tiga komponen sekaligus. Individu yang dalam hubungannya mendapatkan ekspresi cinta maksimal dari ketiga komponen tersebut akan lebih menikmati dan cenderung mengharapkan hubungan yang lebih lama (Putri, 2010).

Penelitian terdahulu oleh Lindholm (2006) tentang kepuasan berpacaran yang dilakukan terhadap 72 orang berusia 20-55 tahun yang sedang menjalin hubungan romantis, dengan kriteria usia hubungan yang sedang dijalani minimal satu tahun atau lebih. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa ditemukan komponen *commitment* memiliki pengaruh yang paling besar terhadap kepuasan. Penelitian ini menggunakan gabungan dari beberapa teori dalam mengukur kepuasan berpacaran yaitu *Sternberg Triangular Love*, *The Investment model*, *Bowlby's and Ainsworth Attachment*, *The Equity Theory*, dan *Reward Theory of Attraction* dengan aspek-aspek yang diukur adalah *intimacy*, *rewards*, *commitment*, dan *equity*. Penelitian lain oleh Aryani (2016) tentang hubungan komponen cinta dengan kepuasan berpacaran dilakukan dengan tujuan untuk melihat gambaran hubungan kedua variabel tersebut. Penelitian ini dilakukan terhadap 77 orang mahasiswa yang berada dalam hubungan romantis dengan kriteria usia 20-22 tahun. Hasilnya menunjukkan bahwa kepuasan berpacaran berhubungan dengan ketiga komponen cinta, dengan nilai kolerasi tertinggi pada komponen *intimacy* dan nilai korelasi terendah pada komponen *passion*.

Perbedaan mengenai penelitian kepuasan hubungan sudah dibahas di atas dan dapat diringkas sebagai berikut. Ada penelitian yang menunjukkan hasil bahwa *commitment* adalah komponen yang paling berpengaruh pada kepuasan hubungan

romantis, sedangkan ada penelitian lain yang menunjukkan bahwa *intimacy* adalah komponen yang paling berpengaruh pada kepuasan hubungan romantis.

Pada kesimpulannya, *intimacy*, *passion*, *commitment* dan kepuasan hubungan menjadi aspek-aspek penting yang menentukan kelangsungan hubungan romantis yang dijalani sehingga perlu menjadi perhatian individu. Apabila kepuasan hubungan yang dimiliki individu yang sedang menjalin hubungan romantis rendah, maka akan memberikan dampak negatif pada hubungan tersebut. Hubungan romantis dengan kepuasan yang rendah akan menyebabkan banyak konflik di dalam hubungannya, yang dapat merugikan dan menyakitkan bagi individu, seperti terjadinya perselingkuhan dan kekerasan dalam pacaran. Sehingga penting bagi individu untuk memperhatikan kepuasan hubungan dalam membina hubungan romantis. Kepuasan hubungan ini dapat ditentukan dari pemenuhan *intimacy*, *passion*, dan *commitment*. Mengingat penelitian mengenai *intimacy*, *passion*, *commitment* dan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis belum banyak dan semakin banyaknya hubungan romantis yang dijalani dewasa muda menunjukkan perilaku-perilaku yang merugikan serta pentingnya kedua aspek tersebut pada hubungan romantis. Maka berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin melihat “Hubungan Sternberg’s Triangular Theory of Love: Intimacy, Passion, Commitment dengan Kepuasan Hubungan pada Dewasa Muda yang Menjalani Hubungan Romantis”.

1.2 Identifikasi Masalah

Seperti yang telah dipaparkan pada latar belakang, maka identifikasi permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

- a. Apakah terdapat kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis?
- b. Apakah terdapat *intimacy* pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis?
- c. Apakah terdapat *passion* pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis?
- d. Apakah terdapat *commitment* pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis?

- e. Apakah terdapat hubungan antara *intimacy*, *passion*, *commitment* dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis?

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi mengenai hubungan *Sternberg's triangular theory of love: intimacy, passion, commitment* dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis.

1.4 Rumusan Masalah

Seperti yang telah dipaparkan pada latar belakang, maka permasalahan utama yang diangkat adalah sebagai berikut:

- a. Apakah terdapat hubungan antara *intimacy*, *passion*, *commitment* secara keseluruhan dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis?
- b. Apakah terdapat hubungan antara *intimacy* dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis?
- c. Apakah terdapat hubungan antara *passion* dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis?
- d. Apakah terdapat hubungan antara *commitment* dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah antara lain:

- a. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *intimacy*, *passion*, *commitment* secara keseluruhan dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis.
- b. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *intimacy* dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis.
- c. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *passion* dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis.
- d. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *commitment* dengan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Secara Teoritis

Penelitian ini memperkaya wawasan ilmiah dan pengetahuan-pengetahuan mengenai *Sternberg's triangular theory of love: intimacy, passion, commitment* dan kepuasan hubungan pada dewasa muda yang menjalani hubungan romantis.

1.6.2 Secara Praktis

1.6.2.1 Bagi Dewasa Muda

Dengan harapan, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan atau memberikan masukan bagi dewasa muda yang menjalani hubungan romantis untuk mengenali gambaran *triangular love* yang dimilikinya yang kemudian dapat dijadikan bahan pertimbangan dan evaluasi terkait hubungan yang dijalannya untuk membina hubungan yang sehat.

1.6.2.2 Bagi Konselor

Dengan harapan, hasil dari penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh para konselor dalam menangani klien dengan usia dewasa muda yang memiliki permasalahan berkaitan dengan *intimacy, passion, commitment* dan kepuasan hubungan.

1.6.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya

Dengan harapan, hasil dari penelitian ini dapat dijadikan salah satu pertimbangan untuk melakukan penelitian lanjutan tentang *triangular love* dan kepuasan hubungan.