

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai entitas sosial ialah makhluk yang hidup dalam masyarakat dan membutuhkan interaksi dengan orang lain. Dalam hal ini, manusia senantiasa selalu terhubung dengan satu sama lain baik disadari maupun tidak disadari untuk mencukupi kebutuhan hidupnya. Menurut Maslow dalam Teori Hierarki Kebutuhan (Feist et al., 2017), manusia memiliki kebutuhan sosial atau yang disebut dengan *social needs*. Kebutuhan ini merupakan kebutuhan untuk hidup bersama orang lain. Kebutuhan sosial dapat terpenuhi jika individu berada dalam masyarakat dan hidup dengan adanya kehadiran orang lain. Kasih sayang, merasakan dicintai, dihormati, dan diakui keberadaannya oleh orang lain merupakan implikasi dari kebutuhan sosial ini.

Sepanjang hidup manusia, mereka akan mengalami perkembangan, terutama pada aspek psikososial. Berdasarkan teori perkembangan psikososial Erikson (Feist et al., 2017), tahapan perkembangan manusia terbagi menjadi delapan tahapan, mulai dari masa bayi, masa kanak-kanak awal, usia bermain, usia sekolah, masa remaja, masa dewasa awal, masa dewasa, hingga usia lanjut. Ada satu istilah yang dikemukakan oleh Arnett (2000) yakni *emerging adulthood*, dimana tahap ini merupakan tahap perkembangan individu dari masa remaja akhir hingga usia dua puluh tahun akhir. *Emerging adulthood* digambarkan dengan adanya perubahan dalam konteks kognitif, emosional, fisik, serta sosial. Hal ini bermakna bahwa *emerging adulthood* telah meninggalkan ketergantungannya pada masa remaja namun belum mempunyai tanggung jawab normatif sebagai dewasa. Menurut Arnett (2000) di tahap ini pula individu akan mengeksplorasi dunianya terkait cinta, pekerjaan, serta perspektif terhadap dunia.

Arnett (2004, dalam Fincham & Ming Cui, 2011) mengatakan bahwa tahap *emerging adulthood* ialah masa bagi individu untuk eksplorasi pilihan mereka dalam romansa dan cinta, untuk menemukan orang seperti apa yang

mereka ingin jadikan pasangan, serta mendapatkan pengalaman hubungan sebelum menetap bersama seseorang untuk selamanya. Konsisten dengan pendapat yang dikemukakan oleh Elder (1985, dalam Fincham & & Ming Cui, 2011) bahwa *emerging adulthood* mempunyai banyak kemungkinan dan pilihan yang dapat mereka buat di lintasan hidup mereka.

Terdapat tiga alasan hubungan romantis dianggap penting dalam tahap perkembangan ini. Pertama, pembentukan dan pemeliharaan hubungan romantis merupakan tugas perkembangan bagi *emerging adulthood*. Di sisi lain, mereka akan dapat menjelajah pilihan mereka dalam percintaan dan mendapatkan pengalaman dalam berhubungan. Kedua, perkembangan hubungan romantis memiliki konsekuensi yang penting bagi *youth well-being* atau kesejahteraan remaja dan penyesuaian perilaku. Dan ketiga, pola hubungan romantis dalam tahap ini dapat memprediksi hubungan berikutnya dan pernikahan saat dewasa nanti. Sejalan dengan pendapat Karney dan Bradbury (1995, dalam Fincham & & Ming Cui, 2011) bahwa beberapa faktor resiko masalah pernikahan dan perceraian dapat diidentifikasi melalui hubungan pacaran.

Pacaran menurut DeGenova dan Rice (dalam EL-Hakim, 2014) adalah menjalankan suatu hubungan antara dua orang yang bertemu dan melakukan berbagai aktivitas bersama agar dapat mengenal satu sama lain. Pacaran yang merupakan bagian dari hubungan interpersonal ini mempunyai berbagai tujuan yang pada dasarnya adalah untuk memenuhi kebutuhan keduanya (EL-Hakim, 2014). Sejalan dengan Teori Kebutuhan Maslow (1970, dalam Feist et al., 2017) dimana setelah manusia mendapatkan kebutuhan fisiologis terhadap rasa aman, mereka akan termotivasi memenuhi untuk kebutuhan akan cinta dan keberadaan (*love and belongingness needs*).

Ardhianita dan Andayani (2005, dalam Syahputri & Khoirunnisa, 2021) mengatakan bahwa beberapa pasangan menganggap hubungan pacaran krusial untuk dijalani bagi individu karena melalui hubungan tersebut individu memiliki kesempatan untuk dapat saling mengenal lebih jauh pasangannya dan menyesuaikan dirinya. Individu yang berpacaran akan berupaya mendapatkan

pasangan yang mampu menunjukkan beragam kontribusi untuk memenuhi kebutuhan afeksi dalam dirinya, seperti menunjukkan atau memberikan rasa aman, rasa dicintai, dan rasa diterima oleh pasangannya. Melalui pacaran pula, individu dapat melatih diri untuk lebih terbuka dengan satu sama lain dalam memberikan evaluasi untuk berkembang dan menjadi lebih baik demi kelancaran hubungan mereka maupun diri mereka. Berdasarkan keinginan tersebut, individu selalu mempunyai rasa ingin berdekatan dengan pasangannya.

Hampton (2004) mengatakan bahwa hubungan pacaran terbagi menjadi dua jenis yakni pacaran jarak dekat dan pacaran jarak jauh. Pada hubungan pacaran jarak dekat, pasangan mungkin akan dapat sering melihat dan melakukan kontak fisik, sedangkan pada pasangan yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh tidak (Aylor, 2003). Fenomena pacaran jarak jauh dapat disebabkan karena adanya tanggung jawab atau tuntutan lain yang harus dipenuhi pasangan (Syahputri & Khoirunnisa, 2021). Tuntutan tersebut membuat pasangan harus menjalani keterpisahan fisik dengan pasangannya dalam kurun waktu tertentu. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Wibisono (2016) bahwa salah satu alasan sejumlah pasangan memilih menjalankan hubungan jarak jauh karena adanya kepentingan untuk menempuh pendidikan di luar daerah tempat asal mereka sehingga memengaruhi peningkatan jumlah pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Peterson (2019) mengatakan bahwa terdapat 75% mahasiswa di Amerika Serikat yang menjalin hubungan jarak jauh. Di Indonesia, survei mandiri yang dilakukan oleh tim tirto.id pada 2016 menghasilkan suatu data statistik terkait hubungan jarak jauh. Responden yang terlibat dalam survei tersebut berjumlah 183 responden dengan rentang usia 15-40 tahun (43,2%) dan mayoritas pada rentang usia 23-26 tahun dan pada jenis kelamin perempuan (54%). Dari survei ini, ditemukan 63,4% responden menyatakan sedang menjalani hubungan jarak jauh dengan jenis hubungan paling banyak ialah berpacaran sebanyak 71,6% dan yang menikah sebanyak 28,4%.

Penelitian yang dilakukan oleh Lydon, et al. (dalam Winayanti & Widiasavitri, 2016) menghasilkan temuan bahwa 55 dari 69 responden yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh karena tanggung jawab untuk melanjutkan studi di perguruan tinggi. Sejalan dengan temuan pada penelitian Winayanti dan Widiasavitri sebelumnya. Penelitian tersebut melibatkan dua responden domisili Bali dan pasangannya berdomisili Yogyakarta. Sedangkan satu orang responden lainnya berdomisili Semarang dan pasangannya tinggal di Bali. Dari kedua responden yang terlibat, mereka melaporkan bahwa dirinya tengah menjalani pacaran jarak jauh dikarenakan faktor pendidikan.

Pacaran jarak jauh tak luput pula oleh dampak negatif yang dirasakan oleh pasangan yang menjalaninya. Salah satu penyebabnya yaitu ketika pasangan membuat kesalahan yang menyakiti. Kesalahan-kesalahan yang terjadi sangat beragam, mulai dari kesalahan kecil hingga kesalahan besar yang dapat menyebabkan hancurnya hubungan, seperti perselingkuhan. Pada hubungan jarak jauh, konflik dapat terjadi karena keterbatasan serta hambatan dalam komunikasi seperti kesalahpahaman hingga permasalahan yang tidak mampu ditemukan solusinya (Syahputri & Khoirunnisa, 2021). Kesibukan yang dimiliki pasangan yang sedang menjalani hubungan jarak jauh juga mengharuskan mereka untuk bisa mencari waktu yang tepat untuk bisa saling berkomunikasi.

Tak hanya masalah komunikasi, ada pula masalah lain yang muncul dalam hubungan pacaran jarak jauh, diantaranya ialah rasa cemas, khawatir, curiga, cemburu, serta rindu yang tak terbendung akibat ketidakmampuan mereka untuk bisa bertemu setiap harinya. Menurut Guldner (2003, dalam Syahputri & Khoirunnisa, 2021) keterpisahan fisik diantara pasangan jarak jauh memicu untuk membayangkan pasangannya sedang bermain hati atau selingkuh serta berbohong dan menimbulkan rasa curiga dalam benaknya. Apabila rasa cemburu menjadi berlebihan dan membuat dirinya terkepong akan perasaan tersebut, maka hubungan pun akan menjadi renggang. Pendapat ini didukung oleh salah satu hasil penelitian yang dilakukan oleh Purba dan Siregar (Syahputri & Khoirunnisa, 2021) yang menemukan bahwa hubungan jarak jauh memberikan dampak negatif pada psikologis dan biologis seseorang

karena dapat memicu stres saat ada terutama pada wanita karena sifatnya yang lebih sensitif dan emosional.

Konflik yang bermunculan ketika menjalani hubungan berpacaran jarak jauh menuntun mereka pada perpisahan. Penelitian yang dilakukan oleh Lydon, Pierce, dan O'Regan (Winayanti & Widiasavitri, 2016) terdapat 75% dari 55 pasangan diketahui berakhir putus pada tahun pertama mereka menjalani hubungan jarak jauh. Serupa dengan data dari *The Center for Study of Long Distance Relationship* (2018) yang ditemukan terdapat 42% hubungan jarak jauh mengalami kegagalan yang salah satu penyebabnya ialah adanya konflik. Dari data tersebut menunjukkan bahwa diperlukan adanya komitmen satu sama lain dalam menjalani hubungan jarak jauh untuk bisa mempertahankan hubungannya. Pada studi pendahuluan yang dilakukan oleh Winayanti dan Widiasavitri sebelumnya, ditemukan bahwa konflik dalam hubungan pacaran jarak jauh dapat terjadi karena kepercayaan yang rendah. Ketidakpercayaan atau *mistrust* merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya kecemburuan (Khanchandani, dalam Knox, D. & Schacht, 2010). Dengan ketidakpercayaan tersebut dapat menumbuhkan rasa cemburu terhadap pasangan.

Menurut White (1981, dalam Martínez-León et al., 2017) kecemburuan romantis ialah kompleks set pikiran, perasaan, dan perilaku yang memberikan ancaman pada harga diri serta eksistensi hubungannya. Ancaman tersebut dihasilkan karena adanya persepsi daya tarik nyata atau potensi antar pasangan dan imajinasi dari saingan. Sedangkan menurut Hart dan Legerstee (2013, dalam Martínez-León et al., 2017), kecemburuan ialah keadaan bergantung pada konteks yang dapat menimbulkan reaksi emosi seperti kesedihan, kehilangan, kemarahan, pengkhianatan, ketakutan atau kecemasan, dan kesepian. Brehm dan Kassin (1993; dalam Ilmi, 2018) mengatakan bahwa cemburu merupakan reaksi ancaman yang memengaruhi eksistensi sebuah hubungan. Ancaman tersebut tidak memiliki batas atas realita atau kenyataan. Emosi, pikiran, dan perilaku yang rumit ditimbulkan karena kehilangan pasangan dapat mengancam hubungan romantis seseorang. Kecemburuan memiliki beberapa jenis, salah satunya ialah kecemburuan romantis. Kecemburuan romantis atau *romantic jealousy* yaitu rangkaian multifaset

respon afektif, perilaku, serta kognitif yang muncul jika seseorang terancam oleh keberadaan pihak ketiga dalam sebuah hubungan yang dijalannya (Sujatmiko, 2014; Hayyu, 2015; Guererro, Trost, & Yoshimura; dalam Ilmi, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Dharmawijati (2015) yang berjudul *Komitmen dalam Berpacaran Jarak Jauh pada Wanita Dewasa Awal* melibatkan empat responden berjenis kelamin wanita. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tau bagaimana gambaran komitmen wanita dewasa awal yang tengah menjalani hubungan jarak jauh dengan keterbatasan intensitas bertemu serta komunikasi. Setelah dilakukan wawancara kepada keempat responden, ditemukan bahwa mereka pernah merasakan rasa cemburu kepada teman baru pasangannya yang mereka belum kenal. Ada pula perasaan bahwa pasangannya berselingkuh dengan orang lain tanpa sepengetahuan dirinya. Akan tetapi karena adanya penyelesaian konflik pada hubungan yang mereka jalani, responden mampu sedikit demi sedikit mereduksi firasat negatif tersebut dan berupaya memberikan kepercayaan mereka pada pasangannya. Dengan kata lain, perasaan takut, cemas, cemburu, dan marah yang dialami subjek teratasi karena adanya komitmen serta kesepakatan yang dibuat dengan pasangannya.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Barelds dan Dijkstra (2006, dalam Utami & Novianti, 2018) ditemukan bahwa kecemburuan merupakan fenomena hubungan yang positif. Barelds dan Dijkstra berpendapat bahwa kecemburuan ialah tanda bahwa pasangannya memiliki rasa peduli pada satu sama lain dan menghargai hubungannya sebagai sesuatu yang harus dijaga dan dilindungi. Temuan ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mathes (1985, dalam Utami & Novianti, 2018) yang menemukan bahwa individu yang memiliki skor kecemburuan relatif tinggi mempunyai hubungan yang lebih stabil dan tergolong sukses dibandingkan individu yang memiliki skor kecemburuan yang rendah. Jadi, dapat diartikan bahwa individu yang merasakan kecemburuan yang relatif tinggi akan memberikan kestabilan dalam hubungan yang dijalannya dibandingkan individu yang merasakan kecemburuan yang relatif kurang.

Di sisi lain, Baker et al., (2014) menerangkan bahwa pengekspresian emosi negatif seperti kecemburuan dapat berkontribusi pada pemahaman yang lebih baik satu sama lain, keintiman, serta menjadi motivasi seseorang untuk menyelesaikan masalah dalam hubungan seseorang, mendapatkan dukungan, serta mengatur bagaimana perilaku pasangan untuk menyelesaikan permasalahan dalam hubungan menjadi lebih baik lagi. Henriques (2008) turut menemukan bahwa kecemburuan melibatkan perasaan kasih sayang dan perilaku protektif terhadap pasangan yang merupakan emosi positif.

Kecemburuan umumnya erat kaitannya dengan reaksi individu mengenai stimulus yang dipersepsikan sebagai suatu ancaman dalam hubungannya. Kecemburuan dapat memberikan dampak positif atau negatif tergantung bagaimana individu mempersepsikan dan menjalani hubungan mereka (Orsley & Simanjuntak, 2023). Menurut Iskandar (2017) kejujuran yang dibangun dalam suatu hubungan memiliki kontribusi besar terhadap kepuasan hubungan. Pemenuhan kebutuhan untuk membangun hubungan romantis yang stabil membutuhkan hubungan timbal-balik atau mutualisme antar pasangan, dimana setiap individu membutuhkan orang lain untuk saling memenuhi kebutuhan satu sama lain. Sehingga, dapat dikatakan bahwa hubungan romantis yang baik dan sehat ialah saat kedua pasangan saling berupaya untuk memenuhi kebutuhan masing-masing serta mewujudkan harapan serta tujuan dalam hubungan.

Kepuasan hubungan menurut Horison (2014) ialah taraf seberapa senang dan bahagia individu terhadap hubungan pacaran yang dijalannya serta menjadi fondasi dalam keberlangsungan hubungan mereka, dimana hal ini ditinjau dari pemenuhan kebutuhan dukungan emosional yang diberikan oleh pasangan (Taylor et al., 2009; Tunisa & Damaiyanti, 2021). Hendrick et al., (1988) menjelaskan bahwa kepuasan hubungan ialah penilaian subjektif individu terhadap suatu hubungan yang dijalannya. Didukung oleh pemaknaan dari Regan (2003) yang menjelaskan bahwa kepuasan hubungan dalam hubungan ditinjau dari apakah tujuan serta harapan individu dalam hubungan terpenuhi atau tidak. Individu akan merasakan puas apabila perbandingan antara keuntungan dan manfaat yang didapatkan serta kontribusi yang

diberikan dalam hubungan berada pada jumlah yang seimbang dan sama besar antar pasangan. Sejalan dengan Orsley & Simanjuntak (2023) yang mengatakan bahwa kecemburuan akan memengaruhi persepsi individu terhadap hubungannya, dimana isu seperti kecurigaan akan kesetiaan pasangan dapat muncul karena tidak terpenuhinya dukungan emosional dari pasangan yang dapat memengaruhi kepuasan hubungan seseorang.

Tak hanya itu, persepsi akan seberapa bahagia individu dengan hubungan yang dijalannya dapat memengaruhi emosi, pikiran, dan perilaku terhadap pasangannya (Orsley & Simanjuntak, 2023). Sehingga kepuasan hubungan seseorang (yang ditinjau dari terpenuhi atau tidaknya dukungan emosional dari pasangan) akan berkontribusi pada persepsi individu terhadap kesetiaan pasangan terhadap dirinya serta hubungan yang dijalani. Menurut Ursila (2012) Kepuasan hubungan merupakan hal yang krusial untuk dijaga dan dicapai karena merupakan parameter dari keberhasilan suatu hubungan.

Berdasarkan data-data diatas, penting untuk diteliti bagaimana pengaruh kecemburuan romantis terhadap kepuasan hubungan pada *emerging adulthood* yang menjalani hubungan jarak jauh. Rasa sayang, kasih, perhatian, kepercayaan, dan dukungan yang diberikan pasangan mampu memberikan dampak positif dalam mereduksi perasaan cemburu dan menimbulkan kepuasan pada hubungan seseorang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperlihatkan bagaimana pengaruh kecemburuan romantis terhadap kepuasan hubungan pada *emerging adulthood* yang sedang menjalani hubungan pacaran jarak jauh. Pada akhirnya, hasil penelitian tersebut dapat membuka cakrawala dan memberikan kontribusi pada ilmu pengetahuan terkait topik yang diteliti ini serta subjek yang terlibat dalam penelitian ini.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, identifikasi masalah yang dapat ditemukan pada permasalahan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.2.1 Bagaimana gambaran *romantic jealousy* pada *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh?

1.2.2 Bagaimana gambaran *relationship satisfaction* pada *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh?

1.2.3 Apakah terdapat pengaruh *romantic jealousy* terhadap *relationship satisfaction* pada *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, penelitian ini akan terbatas pada pengaruh kecemburuan romantis terhadap kepuasan hubungan pada *emerging adulthood* yang sedang menjalani hubungan pacaran jarak jauh.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana kecemburuan romantis terhadap kepuasan hubungan pada *emerging adulthood* yang sedang menjalani hubungan pacaran jarak jauh?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kecemburuan romantis terhadap kepuasan hubungan pada *emerging adulthood* yang sedang menjalani hubungan pacaran jarak jauh.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang dapat diambil dari penelitian yang dilakukan ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengetahui bagaimana kecemburuan romantis terhadap kepuasan hubungan pada *emerging adulthood* yang sedang menjalani hubungan pacaran jarak jauh.
- b. Membantu perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu psikologi di Indonesia.

1.6.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi:

- a. Individu yang sedang menjalani hubungan pacaran jarak jauh
Untuk memberikan pemahaman bagaimana keterkaitan antara kepuasan hubungan serta kecemburuan yang dirasakan dalam hubungan jarak jauh.
- b. Penelitian selanjutnya

Untuk memberikan acuan, referensi, wawasan, serta pemahaman pada penelitian selanjutnya terkait dengan kepuasan hubungan dan kecemburuan romantis.

