

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Setiap individu yang lahir di dunia akan mengalami tahapan-tahapan perkembangan. Bahkan tahapan ini dimulai dari dalam kandungan, lahir, hingga lansia. Salah satu tahapan perkembangan yang dapat dilalui individu adalah tahapan perkembangan dewasa awal. Menurut teori Erikson (dalam Arini, 2021), usia dewasa awal dimulai sejak individu berusia 20 tahun dan berakhir pada usia 40 tahun. Pada usia tersebut individu tengah menghadapi tugas perkembangan baru yaitu, membentuk keintiman atau dalam teori Erikson disebut dengan tahapan *intimacy versus isolation* (Arini, 2021).

Tahapan pembentukan keintiman ini membuat individu harus mulai menjalin relasi, mengenal lawan jenis, dan memilih teman hidup atau pasangan yang tepat. Pada dasarnya tahapan ini telah berorientasi pada pernikahan sehingga pemilihan pasangan menjadi topik serius untuk dipertimbangkan (Juniatin & Khoirunnisa, 2022). Sehingga tidak sedikit individu yang memulainya dengan melakukan hubungan pacaran. Akhir tahapan berpacaran ini diharapkan dewasa awal dapat melewati masa perkembangan ini dan berlanjut kepada tahapan keturunan atau *generativity* (Atikah Feberiyanti, 2020; Taqilla & Dian Ariana, 2023).

Berpacaran adalah sebuah hubungan yang dijalin oleh dua orang atas dasar saling cinta, saling suka, dan memiliki rasa ingin menyayangi, mengayomi secara intim (Sulistianto, 2011). Berdasarkan pertimbangan bertambahnya usia dan tingkat kematangan seseorang, berpacaran menjadi hal yang serius untuk mematangkan pemilihan pasangan dalam mendampingi hidup. Berpacaran dilakukan untuk saling mengenal dan terbuka dengan karakter masing-masing, kebiasaan yang dilakukan, serta sifat baik maupun buruk yang dimiliki pasangan. Sehingga tidak sedikit individu yang memulainya dengan melakukan hubungan pacaran. Hal ini

diharapkan adanya status “berpacaran” menjadi langkah yang tepat untuk saling mengenal dan kemudian melanjutkan ke jenjang yang lebih serius, yaitu pernikahan (Sulistianto, 2011). Selain itu, berpacaran yang dilakukan oleh dewasa awal dianggap lebih serius dan saling mendukung untuk keberlangsungan hubungan (Taqilla & Dian Ariana, 2023).

Menurut Juniatin & Khoirunnisa (2022) individu yang melakukan pacaran akan melibatkan perasaan yang mendalam antara satu sama lain dan berusaha untuk menjaga hubungan tersebut. Kenyataannya tidak semua pasangan menjaga kesakralan sebuah hubungan. Individu yang merasa kurang puas atau kurang mendapatkan keintiman di dalam hubungan, cenderung melakukan perselingkuhan (Shaleha & Kurniasih, 2021). Furr dan Lieberman (dalam Beltrán-Morillas et al., 2022) menjelaskan terdapat 40-60% partisipan dewasa mengaku tidak setia terhadap pasangannya dengan melakukan perselingkuhan. Bahkan Dowdle (2022) mengatakan terdapat beberapa studi lainnya yang menyatakan perselingkuhan dalam hubungan berpacaran lebih besar sebanyak 43% dibandingkan dengan hubungan pernikahan.

Terlebih lagi pada pasangan hubungan jarak jauh yang memiliki minimnya komunikasi efektif, minimnya kontak fisik ataupun intensitas pertemuan, dan timbulnya perasaan kesepian akibat ditinggal jauh oleh pasangan (Lukman, 2024). Rae (2017) mengatakan bahwa pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh dengan segala kendalanya terhadap intensitas pertemuan dan komunikasi berakibat pada pemenuhan intimasi, hasrat, dan komitmen. Perselingkuhan pada hubungan jarak jauh bisa saja terjadi karena adanya perbedaan jarak yang menjadi celah dan dimanfaatkan orang lain untuk masuk ke hubungan dan mengisi ruang kosong yang tidak didapatkan oleh individu akibat tidak terpenuhinya kebutuhan intimasi dengan pasangan (Lase, 2021). Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Wilopop (dalam Sukarsa & Yuliana, 2023) pada tahun 2012 terdapat 38% dari 123 responden yang tidak berhasil menjalani hubungan jarak jauh dan putus hubungan akibat dari perselingkuhan.

Sejalan dengan penelitian mengenai penyebab kasus perceraian hubungan jarak jauh yang diteliti oleh Choirina (2023), menyatakan bahwa jarak dapat menjadi faktor munculnya perilaku selingkuh. Penelitian (Maharani, 2023) terhadap perilaku pacaran virtual menyatakan bahwa adanya hambatan jarak maupun ruang dan waktu yang berpotensi menimbulkan perilaku selingkuh pada pasangan. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Santiningsih et al., (2022) mengenai identifikasi dan kausalitas faktor penyebab perselingkuhan, menghasilkan temuan bahwa faktor sosial berupa adanya jarak pada pasangan merupakan penyebab terbesar terjadinya perselingkuhan.

Salah satu fenomena perselingkuhan yang menggemparkan dunia maya adalah perselingkuhan yang dilakukan oleh pasangan artis JR dan H pada tahun 2021 akhir. Dilansir oleh popbela.com dan suara.com, perselingkuhan JR terjadi akibat cinta lokasi dengan artist lain yang intensitas pertemuannya lebih sering dibandingkan dengan H. Ada juga kasus yang dilansir oleh Indozone dan intipseleb.com pada tahun 2022, yaitu kasus MV seorang presenter yang mengaku trauma berpacaran hubungan jarak jauh karena pernah diselingkuhi oleh pasangannya dengan alasan MV tidak dapat menemaninya berkegiatan. Selain itu, pada tahun 2019 juga terdapat kasus perselingkuhan dalam berpacaran pada hubungan I dan R yang merupakan penyandang predikat *couple goals* di dunia maya pada masanya. Hubungan berpacarannya yang telah terjalin sejak SMA kemudian kandas ketika menjalani hubungan jarak jauh dan R melakukan perselingkuhan dengan wanita lain di kota tempatnya belajar.

Perselingkuhan dapat berakibat fatal bagi korban karena dapat menimbulkan dampak fisik maupun psikologis atas pahitnya rasa kekecewaan dan pengkhianatan (Juniatin & Khoirunnisa, 2022). Sedangkan berpacaran pada dewasa awal cenderung dilakukan untuk pembentukan intimasi dan pengenalan karakteristik pasangan dalam mempersiapkan jenjang pernikahan (Atikah Feberiyanti, 2020; Taqilla & Dian Ariana, 2023). Sehingga penting untuk individu memenuhi aspek komitmen, yaitu dengan memiliki *satisfaction level* yang tinggi terhadap hubungan, minimnya

*quality of alternative*, dan besarnya *investment size* di dalam hubungan guna menjaga sebuah komitmen.

Menurut Nagurey & Thornton (2011) individu yang melakukan perselingkuhan secara emosional maupun fisik merupakan dampak dari hubungan dengan komitmen yang lemah karena tidak terpenuhinya kebutuhan dengan pasangan (Shaleha & Kurniasih, 2021). Perselingkuhan adalah pelanggaran komitmen hubungan yang sebelumnya disepakati oleh kedua belah pihak, yang mungkin berupa sifat seksual, emosional, atau campuran, dengan orang yang bukan pasangan utama (Beltrán-Morillas et al., 2022). Individu seharusnya menjaga sebuah hubungan dengan sekuat energi, positif maupun negatif yang ditunjukkan untuk keberlangsungan hubungan ataupun disebut juga sebagai komitmen (Selsatanzia dkk., 2022).

Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Sternberg (dalam Adi & Kusmiati, 2023), *triangular theory of love*, komitmen merupakan salah satu penyusun komponen dari sebuah cinta. Sedangkan menurut teori Rusbult dkk., (2009), komitmen dapat dilihat dari seberapa besar seseorang memiliki pandangan masa depan untuk selalu bersama. Adanya komitmen ini diharapkan dapat menjaga sebuah hubungan dalam jangka waktu yang lama dengan melibatkan rasa kepercayaan satu sama lain (Syahputri & Khoirunnisa, 2021).

Terdapat tiga aspek komitmen, yaitu *satisfaction level*, *quality of alternative* dan *investment size* (Rusbult et al., 1998). *Satisfaction level* atau tingkat kepuasan yang terjalin di dalam hubungan menjadi salah satu aspek dari komitmen. Kepuasan di dalam hubungan tergantung dengan kebutuhan apa yang diperlukan individu untuk dipenuhi (Rusbult, Martz, dkk., 2009). Pada aspek *Quality of Alternatif*, komitmen pasangan diukur dari seberapa banyaknya keberadaan orang lain di luar hubungan untuk dijadikan sebagai pilihan pemenuhan kebutuhan. Menurut Rusbult & Buunk (Sintyasari & Fridari, 2021) ada atau tidaknya orang lain yang dijadikan sebagai alternatif bergantung pada individu yang menjalani hubungan itu sendiri. Hubungan alternatif terjadi ketika individu merasa keberadaan orang lain di luar hubungannya dapat memenuhi kebutuhan yang sebelumnya tidak

didapatkan pada pasangannya (Sintyasari & Fridari, 2021). Aspek ketiga adalah *investment size*, yaitu seberapa banyak pengorbanan yang diberikan oleh pasangan di hubungan dalam bentuk materi maupun non-materi (Syahputri & Khoirunnisa, 2021).

Apabila ketiga aspek terpenuhi dengan baik, maka hubungan yang dijalani individu akan terasa nyaman dan menimbulkan adanya keinginan untuk menjaga keberlangsungan hubungan. Keinginan untuk menjaga hubungan mendorong individu untuk lebih bijak dalam menghadapi konflik yang terjadi, individu akan lebih fokus pada penyelesaian konflik. Terpenuhinya ketiga aspek ini artinya individu merasa puas didalam hubungannya karena kebutuhannya terpenuhi oleh pasangan, merasa tidak adanya ketersediaan sumber lain yang dapat memenuhi kebutuhannya selain pasangan, dan banyaknya hal yang telah diberikan atau dikorbankan dalam hubungan yang dijalani. Hal ini dapat mendorong individu untuk hanya dapat bergantung pada pasangannya sendiri (Syahputri & Khoirunnisa, 2021). Menurut Syahputri & Khoirunnisa (2021) kebergantungan individu terhadap pasangannya dapat mengembangkan komitmen hubungan.

Teori kebergantungan Kelley dan Rusbult yang dikaitkan terhadap komitmen memunculkan model komitmen lain yang dikemukakan oleh Stanley dan Markman (1992), menyoroti dua dinamika utama yang terlibat dalam komitmen: *personal dedication* dan *constraint*. *Personal dedication* mengacu pada keinginan individu untuk mempertahankan atau meningkatkan kualitas hubungannya demi kepentingan bersama. Hal ini dibuktikan dengan keinginan dan perilaku yang terkait. Tidak hanya untuk melanjutkan hubungan, tetapi juga untuk memperbaikinya, berkorban demi hubungan tersebut, berinvestasi di dalamnya, menghubungkan tujuan pribadi dengan hubungan tersebut, dan mencari kesejahteraan pasangan, bukan hanya milik sendiri. Sebaliknya, *constraint* mengacu pada kekuatan yang membatasi individu untuk mempertahankan hubungan terlepas dari dedikasi pribadi mereka terhadapnya. *Constraint* dapat muncul baik dari tekanan eksternal maupun internal, dan hal ini mendukung stabilitas

hubungan dengan membuat pemutusan hubungan menjadi lebih sulit secara ekonomi, sosial, pribadi, atau psikologis.

*Constraint commitment* dapat dibagi menjadi beberapa variabel yang mewakilkan, yaitu struktural, tekanan sosial, dan moral. *Constraint commitment* Variabel yang mewakili komitmen struktural misalnya, investasi ekonomi, kepemilikan bersama, kualitas alternatif. Kemudian adanya tekanan sosial untuk tetap bersama, dan variabel yang mencerminkan komitmen moral misalnya, menganggap putus hubungan adalah salah dan meyakini bahwa individu harus menyelesaikan apa yang terjadi atau yang telah dimulai. *Constraint commitment* menjelaskan mengapa hubungan berkualitas rendah terus berlanjut; ketika kepuasan rendah namun kendalanya tinggi, mungkin akan terlalu sulit untuk meninggalkan hubungan tersebut (Stanley et al., 2010).

Komitmen pribadi adalah keinginan untuk bersama pasangan di masa depan. Komitmen moral terdiri dari nilai-nilai dan keyakinan yang mendorong kegigihan untuk tetap bertahan dalam hubungan. Komitmen struktural membahas bagaimana elemen-elemen seperti kualitas alternatif, jumlah investasi dalam hubungan, dan kesulitan langkah-langkah yang diperlukan untuk mengakhiri suatu hubungan mempengaruhi kemungkinan untuk tetap menjalin hubungan terlepas dari kualitas hubungan yang dijalani. Stanley dan Markman (1992) berfokus pada aspek psikologis dari “ingin” dan “harus” dalam komitmen atau dedikasi dan kendala, masing-masing (Stanley et al., 2010).

Pada semua model komitmen, terdapat alternatif yang berperan penting. Komitmen dapat dikonseptualisasikan sebagai membuat pilihan untuk melepaskan pilihan lain (Stanley, 2005). Komitmen dianggap sebagai tindakan memilih untuk semakin terikat karena keinginan untuk bertahan, pada jalur yang dipilih. Meskipun kualitas dan ketersediaan alternatif merupakan faktor yang menentukan tingkat kendala secara keseluruhan, pemantauan terhadap alternatif lebih erat kaitannya dengan dedikasi. Mereka yang lebih berdedikasi pada pasangannya melaporkan lebih sedikit

pemantauan terhadap alternatif-alternatif dan mereka secara aktif mengacuhkan alternatif-alternatif yang menarik (Stanley et al., 2010).

Sehingga komitmen dalam hubungan terjadi apabila individu berdedikasi untuk bertahan dalam hubungan dengan orientasi jangka panjang yang memunculkan keterlibatan serta keterikatan psikologis untuk terus bersama dengan pasangan meskipun terdapat berbagai macam konflik yang dihadapi (Rusbult et al., 1998). Pada konteks ini seharusnya individu yang berkomitmen didalam hubungan menunjukkan adanya ketergantungan dengan pasangan, berkorban untuk kepentingan hubungan, memiliki rasa kepemilikan di dalam hubungan karena merasa puas, dan adanya keinginan untuk mempertahankan hubungan meskipun terdapat keterbatasan (Rusbult et al., 1998; Stanley et al., 2010). Sebaliknya, tidak adanya keinginan untuk mempertahankan hubungan menunjukkan tidak adanya sebuah komitmen yang dimiliki.

Tinggi atau rendahnya keberhasilan mempertahankan suatu hubungan dipelopori dengan adanya keyakinan individu terhadap pasangan dan hubungan yang sedang dijalani (Selsatanzia et al., 2022). Memiliki rasa percaya pada pasangan saat sedang menjalani hubungan jarak jauh sangat diperlukan. Menurut Rempel dkk., (1985) *interpersonal trust* yang dimiliki oleh pasangan merupakan kepercayaan bahwa pasangannya akan melakukan seperti apa yang diinginkannya, bukan justru melakukan hal hal yang ditakuti oleh pasangannya. Sehingga *interpersonal trust* ini dapat melindungi pasangan dari rasa cemburu, saling curiga, dan sakit hati atas pengkhianatan (Septiani & Kusumiati, 2023). *Interpersonal trust* pada sebuah hubungan merupakan awal dari pemilihan individu dalam menggantungkan dirinya terhadap pasangan (Selsatanzia et al., 2022). Menurut Jhonson, kemauan individu untuk dapat dipercaya dan dipercayai mempengaruhi kuat atau lemahnya kepercayaan dalam sebuah hubungan.

Hal ini ditegaskan oleh Simpson (2007), bahwa kepercayaan mungkin merupakan unsur terpenting dalam pengembangan dan pemeliharaan hubungan yang bahagia dan berfungsi dengan baik (Arikewuyo et al., 2021). Kepercayaan juga melibatkan pasangan romantis yang terlibat dalam

aktivitas yang mungkin memerlukan tingkat komitmen dan risiko yang signifikan, yang kemungkinan besar akan terjadi setelah tahap tertentu dalam hubungan (Rempel et al., 1985). Kurangnya intensitas pertemuan, adanya batasan jarak dan waktu, dapat menimbulkan konflik mengenai kepercayaan di dalam hubungan (Selsatanzia et al., 2022).

Menurut Septiani & Kusumiati, (2023) intensitas komunikasi yang memupuk kepercayaan dapat mengatasi kerentanan akibat konflik yang terjadi dalam hubungan. Pada hubungan jarak jauh penting untuk menghindari miskomunikasi agar terhindar dari berbagai konflik seperti kecemburuan maupun kecurigaan (Tania & Nurudin, 2021). Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Tomaso dan Wulandari (2024) pada 119 mahasiswa berpasangan jarak jauh, konflik kecemburuan romantis sangat tinggi terjadi di hubungan mereka yaitu sebesar 51,2%.

Tidak hanya *interpersonal trust* (kepercayaan) pada pasangan saja yang dibutuhkan, melainkan *self-disclosure* (keterbukaan) juga penting untuk menumbuhkan rasa percaya itu sendiri. Menurut Wheelless (1978) *self-disclosure* merupakan perilaku bergantung terhadap pasangan yang melibatkan kepercayaan dengan munculnya jalinan komunikasi dan keterbukaan diri. Menurut Septiani dan Kusumiati (2023) *self-disclosure* atau keterbukaan didefinisikan sebagai pengungkapan diri seperti emosi, perasaan dan cita-cita maupun pemberian informasi pribadi mengenai diri yang ditunjukkan kepada pasangan.

Rukmana (dalam Anma dkk., 2023) mengatakan bahwa permasalahan *self-disclosure* atau keterbukaan bagi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh biasanya terjadi akibat kurangnya frekuensi dan kualitas dalam melakukan komunikasi guna melibatkan keintiman yang lebih intensif. Tidak banyak yang dapat dilakukan oleh pasangan jarak jauh untuk mendapatkan keintiman tersebut, biasanya pasangan jarak jauh dapat memenuhinya dengan cara menelepon, *video call*, dan *chattingan*. Menurut Angela & Ariela (dalam Anma dkk., 2023) pada kesempatan tersebut pasangan dapat menceritakan keseharian mereka, hal hal yang mereka lalui, perasaan mereka, dan penggambaran diri mereka saat ini sebagai bentuk



keterbukaan dan memenuhi keintiman yang tidak dapat mereka lakukan secara fisik.

Keterbukaan dengan saling berbagi informasi selama melakukan hubungan jarak jauh sangat dibutuhkan karena dari informasi yang didapatkan membuat individu lebih mengetahui keseharian pasangan meskipun tidak sedang. Menurut Ahmadi (2015) *self-disclosure* yang dilakukan individu terhadap pasangannya dapat meminimalisir konflik yang timbul di dalam hubungan sehingga komitmen yang dimiliki lebih kuat (Qadariah & Roro Kinanthi, 2023). Hal ini dapat terjadi karena semakin banyak konflik dalam hubungan membuat hubungan semakin rentan dan berdampak pada komitmen. Selain itu, banyaknya informasi yang diberikan kepada pasangan semakin terasa adanya usaha untuk saling melibatkan. Pada pasangan yang cenderung tertutup dan kurang berkomunikasi dengan pasangan, maka akan mempengaruhi rasa percaya antara satu sama lain di hubungan tersebut (Septiani & Kusumiati, 2023).

Pemaparan di atas menjadikan dasar bagi peneliti untuk mencari tau dan meneliti lebih lanjut hubungan antara *self-disclosure* dan *interpersonal trust* terhadap komitmen pada pasangan dewasa awal yang sedang menjalani hubungan jarak jauh. Penelitian ini dilakukan karena penulis minim menemukan adanya variabel *self-disclosure* dan *interpersonal trust* yang dihubungkan langsung dengan komitmen pada pasangan jarak jauh. Penulis terhadap penelitian ini nantinya dapat dijadikan sumber wawasan baru bagi penelitian penelitian selanjutnya.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah ditulis, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Isu perselingkuhan yang terjadi pada pasangan hubungan jarak jauh.
- b. Konflik kecemburuan, kecurigaan, dan takut dikhianati akibat minimnya komunikasi pada pasangan jarak jauh.

- c. Peran penting keterbukaan diri (*self-disclosure*) dan rasa percaya (*interpersonal trust*) terhadap komitmen pada pasangan hubungan jarak jauh.

### 1.3. Pembatasan Masalah

Penelitian ini hanya berfokus pada *self disclosure* dan *interpersonal trust* terhadap komitmen yang terjadi pada pasangan dewasa awal saat menjalani hubungan jarak jauh.

### 1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan parsial maupun simultan antara *interpersonal trust* dan *self disclosure* terhadap komitmen?

### 1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *interpersonal trust* terhadap komitmen dan *self disclosure* terhadap komitmen berpasangan jarak jauh.

### 1.6. Manfaat Penelitian

#### 1.6.1 Manfaat Teoritis

- a. Memberikan sumbangan pemikiran mengenai *interpersonal trust*, *self disclosure*, dan komitmen.
- b. Penelitian ini dapat memberikan bukti empiris yang mendukung atau menguji teori-teori *interpersonal trust*, *self disclosure*, dan komitmen yang telah ada sebelumnya.

### 1.6.2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat dijadikan edukasi bagi masyarakat untuk menambah wawasan mengenai komponen pembangun hubungan romantis.

#### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk nantinya dilakukan penelitian lebih lanjut dengan penambahan variabel atau sampel lain.

