

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pernikahan menandai awal dari perjalanan baru yang penuh makna dalam kehidupan seseorang, terutama pada individu dewasa awal. Dewasa awal merupakan tahapan perkembangan manusia yang berada pada rentang usia 20 hingga 40 tahun, di mana salah satu tugas perkembangannya adalah memilih pasangan hidup dan membentuk keluarga melalui ikatan pernikahan (Hurlock, 1996). Pernikahan bukan hanya menggabungkan dua individu, melainkan juga melibatkan proses adaptasi dan penyatuan antara dua sistem keluarga pasangan untuk membentuk subsistem baru (Berk, 2014). Proses ini tidak hanya menciptakan ikatan emosional, tetapi juga mengintegrasikan dua keluarga dengan nilai-nilai dan tradisi yang berbeda.

Perbedaan latar belakang antara pasangan suami dan istri dapat menjadi sebuah tantangan yang signifikan dalam proses adaptasi dengan kehidupan baru pernikahan. Akibatnya, konflik sering kali muncul sebagai bagian dari usaha penyesuaian diri. Hal ini disebabkan oleh perbedaan pandangan, tempramen, kepribadian, dan nilai-nilai di antara pasangan yang sering menimbulkan pertentangan karena adanya kebutuhan, keinginan, atau tuntutan yang tidak sejalan (Dewi & Basri, 2008). Konflik yang sering muncul pada awal pernikahan antara lain interaksi dengan keluarga besar, manajemen keuangan, pembagian tugas, kebiasaan sehari-hari, ekspresi cinta dan seksual, kegiatan sosial, dan pergaulan dengan teman (Kilis, 2014). Selain itu, Mas'udah dan Yoenanto (2023)

juga menyebutkan bahwa konflik pada masa awal pernikahan umumnya disebabkan oleh perbedaan pendapat, kesalahpahaman, dan tantangan yang dihadapi pasangan suami-istri saat menjalani hubungan pernikahan. Meskipun konflik yang terjadi dalam lingkup rumah tangga memang tidak dapat dihindari, namun cara pasangan suami-istri dalam mengelola konflik dapat berdampak signifikan terhadap keberlangsungan hubungan pernikahan.

Konflik tersebut dijelaskan berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan pada 1 Juni 2024 sampai dengan 16 Juni 2024 kepada 25 partisipan dengan usia pernikahan lima tahun awal menunjukkan bahwa selama tahun-tahun awal pernikahan, banyak pasangan menghadapi kesulitan dalam menangani konflik rumah tangga. Sebanyak 21 partisipan (80,7%) mengalami konflik dengan pasangan seputar masalah-masalah sepele hingga serius, seperti kurangnya pemahaman antar pasangan, masalah keuangan, perbedaan pendapat, dan campur tangan keluarga. Tingginya persentase tersebut menegaskan bahwa konflik adalah bagian yang tidak terpisahkan dari proses penyesuaian dengan kehidupan awal pernikahan. Selain itu, fakta ini juga menegaskan bahwa pasangan suami-istri sering kali belum memiliki keterampilan yang matang dalam menyelesaikan konflik secara efektif pada masa tersebut.

Hasil survei tersebut juga menunjukkan bahwa kelangsungan dan stabilitas hubungan sangat bergantung pada cara pasangan suami-istri menghadapi dan menyelesaikan konflik, sehingga gaya resolusi konflik menjadi kunci dari keberhasilan hubungan (Yoosefi dkk., 2016). Gaya resolusi konflik adalah strategi yang digunakan oleh masing-masing pasangan untuk menyelesaikan masalah

antarpribadi yang dapat memengaruhi kelangsungan dan stabilitas hubungan (Kurdek, 1994). Oleh karena itu, pasangan suami-istri perlu menerapkan gaya resolusi konflik yang efektif untuk menjaga hubungan pernikahan agar tetap dinamis. Gaya resolusi konflik yang efektif akan membantu pasangan suami-istri mengatasi konflik yang timbul dan meminimalisir dampak negatifnya.

Pemilihan gaya resolusi konflik oleh suami dan istri didasarkan pada pembelajaran, pengalaman, dan pengetahuan yang memungkinkan terciptanya lingkungan komunikasi terbuka, memfasilitasi kesepakatan dalam menangani permasalahan dengan cara yang positif (Fallahian dkk., 2019). Pasangan suami-istri yang baru memasuki tahun-tahun awal pernikahan cenderung kurang memiliki pengalaman hidup bersama, sehingga menghadapi lebih banyak tantangan dalam mengelola konflik (Aprillia dkk., 2020). Pengalaman yang terbatas ini dapat memengaruhi kemampuan mereka dalam menerapkan gaya resolusi konflik yang efektif. Oleh karena itu, penting bagi pasangan suami-istri untuk terus belajar dan mengembangkan keterampilan komunikasi serta memahami dinamika hubungan mereka untuk mencapai keseimbangan dan stabilitas dalam pernikahan.

Terdapat empat jenis gaya resolusi konflik yang dapat diterapkan oleh individu ketika menghadapi permasalahan dalam hubungan pernikahan (Kurdek, 1994). Pertama yaitu gaya pemecahan masalah positif seperti kompromi dan negosiasi, yang melibatkan komunikasi efektif dan bertukar pendapat untuk mencari solusi. Kedua yaitu gaya keterlibatan konflik yang mencakup serangan pribadi dan kehilangan kendali atas emosi. Ketiga yaitu gaya kepatuhan, di mana

individu cenderung menyerah dan tidak membela pendirian sendiri. Keempat yaitu gaya menghindar, di mana individu menolak untuk membahas masalah lebih lanjut dan mengabaikan pasangan.

Menindaklanjuti survei awal yang dilakukan pada 1 Juni 2024 hingga 16 Juni 2024, yang menunjukkan bahwa pasangan pada masa awal pernikahan menghadapi berbagai kesulitan dalam menangani konflik rumah tangga, survei lanjutan ini memberikan wawasan lebih dalam mengenai beragam strategi penyelesaian konflik yang digunakan oleh individu dalam mengatasi konflik. Pertama yaitu melakukan komunikasi yang efektif dan bertukar pendapat untuk mencari solusi, yang termasuk ke dalam jenis gaya pemecahan masalah positif. Penggunaan gaya pemecahan masalah positif berdampak positif terhadap keberlanjutan hubungan pernikahan dengan menciptakan lingkungan yang lebih harmonis dan saling mendukung, serta menekankan pentingnya komunikasi terbuka dan kerjasama.

Kedua yaitu cenderung langsung membicarakan hal-hal yang tidak disukai secara konfrontatif, sering kali menimbulkan perpecahan karena emosi yang tidak terkendali dan perasaan tidak dipahami oleh pasangan, yang termasuk ke dalam jenis gaya keterlibatan konflik. Penggunaan gaya keterlibatan konflik ini cenderung memperburuk situasi dan menciptakan lebih banyak konflik, yang pada akhirnya dapat mengurangi keharmonisan dan kepuasan dalam hubungan. Oleh karena itu, pasangan yang sering menggunakan gaya ini mungkin perlu belajar untuk mengelola emosi mereka dengan lebih baik dan mencari cara yang lebih konstruktif untuk menyelesaikan masalah.

Ketiga yaitu memilih untuk diam, introspeksi diri, meminta maaf, dan berusaha memahami pasangan, yang termasuk ke dalam jenis gaya kepatuhan. Meskipun terlihat sebagai respon yang harmonis, penggunaan gaya ini secara berlebihan juga dapat merugikan diri sendiri. Individu yang terus-menerus mematuhi dan tidak menyuarakan kebutuhan mereka mungkin mengalami penurunan kepercayaan diri dan kesetaraan dalam hubungan, yang bisa berdampak negatif pada kualitas pernikahan jangka panjang. Pasangan yang sering menggunakan gaya ini mungkin perlu belajar untuk mengekspresikan perasaan dan kebutuhan mereka dengan cara yang konstruktif untuk mencapai keseimbangan dalam hubungan.

Keempat yaitu memilih untuk menghindari konflik langsung dan menunda pembicaraan tentang masalah sampai suasana hati lebih tenang atau emosi mereda. Meskipun gaya menghindar dapat meminimalkan konflik langsung, jika tidak disertai dengan komunikasi terbuka dan solutif, gaya menghindar dapat menyebabkan penumpukan masalah yang tidak terselesaikan dan ketidakpuasan yang tersembunyi. Pada akhirnya, masalah yang dihindari ini bisa muncul kembali dan menyebabkan lebih banyak konflik di masa depan.

Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa cara atau strategi yang cenderung digunakan oleh individu dalam menyelesaikan konflik dengan pasangannya bersifat destruktif, seperti keterlibatan konflik, kepatuhan, dan menghindar. Gaya resolusi konflik berupa keterlibatan konflik, menghindar, dan kepatuhan cenderung terkait dengan penghindaran dan kecemasan, serta berdampak negatif terhadap tingkat kepuasan dalam pernikahan (Sierau &

Herzberg, 2011; Wagner dkk., 2019). Sedangkan, gaya pemecahan masalah positif ditemukan sebagai prediktor kualitas pernikahan yang paling signifikan (Wagner dkk., 2019). Oleh karena itu, penting untuk mendorong seseorang menggunakan gaya pemecahan masalah positif untuk meningkatkan kualitas hubungan pernikahan mereka.

Selain penilaian terhadap diri sendiri, penting juga memperhatikan bagaimana individu menilai gaya resolusi konflik yang digunakan oleh pasangan mereka, karena persepsi ini dapat memengaruhi dinamika dan kepuasan dalam hubungan pernikahan. Misalnya, individu yang melaporkan dirinya tinggi dalam keterlibatan konflik cenderung menilai pasangannya juga tinggi dalam keterlibatan konflik (Segrin dkk., 2009). Persepsi negatif terhadap gaya resolusi konflik pasangan dapat merusak kepercayaan dan kebahagiaan pernikahan dengan memicu komunikasi destruktif, sementara persepsi positif terhadap kemampuan pasangan untuk berkompromi dan berkomunikasi efektif dapat meningkatkan rasa saling menghormati dan kepuasan. Pemahaman terhadap konflik juga menjadi faktor penting karena dengan memahami perbedaan tujuan masing-masing, pasangan dapat menentukan gaya resolusi konflik yang tepat (Levitania, 2017). Konflik akan menjadi destruktif jika salah satu pihak bersikap pasif sementara pihak lainnya fokus pada penyelesaian masalah, sehingga sulit mencapai solusi yang memuaskan (Levitania, 2017). Oleh karena itu, konflik akan terselesaikan dengan baik apabila kedua pasangan menggunakan gaya resolusi konflik yang konstruktif, seperti gaya pemecahan masalah positif.

Kemudian, terdapat kasus dari detikhot (2023) dan kompas.com (2023) menunjukkan pola perilaku menghindar yang digunakan oleh pasangan selebriti x dalam menangani konflik rumah tangga mereka. Pada kasus pertama, pasangan memilih menggunakan pengacara sebagai perantara komunikasi, menunjukkan adanya ketidakpercayaan dan ketidaknyamanan dalam berkomunikasi langsung, yang memperburuk konflik (Nurrijal, 2023). Sementara itu, kasus kedua memperlihatkan selebriti yang menghindari diskusi mengenai masalah rumah tangga dan mencari pelarian dengan orang lain, menciptakan masalah baru seperti perselingkuhan yang merusak kepercayaan dan integritas hubungan (Nariswari, 2023). Kedua kasus ini menggambarkan bahwa gaya resolusi konflik yang destruktif, seperti menghindar dan mengalihkannya ke pihak ketiga, memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan dan keberlanjutan hubungan pernikahan, serta meningkatkan risiko ketidakpuasan dan perceraian.

Meskipun gaya menghindar dapat meminimalkan konflik langsung, jika tidak disertai dengan komunikasi terbuka dan solutif, gaya ini dapat menyebabkan penumpukan masalah yang tidak terselesaikan dan ketidakpuasan yang tersembunyi. Pada akhirnya, masalah yang dihindari ini bisa muncul kembali dan menyebabkan lebih banyak konflik di masa depan. Menurut Sidharta dkk. (2022), individu sering memilih gaya menghindar karena menganggap pembahasan masalah merepotkan dan menuntut pemikiran yang keras. Mereka cenderung mengabaikan pendapat pasangan, kurang berupaya menjelaskan kegiatan yang dilakukan kepada pasangan, mengalihkan pembicaraan dengan tidur cepat, atau menyetujui pendapat pasangan tanpa disertai tindakan nyata. Selain itu,

penggunaan gaya resolusi konflik yang bersifat destruktif juga kemungkinan dipengaruhi oleh besarnya dan beratnya masalah yang dihadapi. Masalah yang dianggap besar dan berat, seperti perbedaan perspektif dalam memandang masalah yang berakar pada perbedaan keyakinan konsep diri atau hal-hal prinsip, membuat mereka sulit untuk menampilkan perilaku konstruktif dalam menyikapi dan menyelesaikan masalah yang ada (Aviani & Primanita, 2019).

Gaya penyelesaian konflik yang destruktif dianggap sebagai bentuk komunikasi dari afektivitas negatif (Hanzal & Segrin, 2009). Pasangan yang memiliki skor tinggi dalam afektivitas negatif, baik pada istri maupun suami, melaporkan lebih banyak menggunakan strategi penyelesaian konflik yang memicu masalah dalam hubungan seperti keterlibatan konflik, kepatuhan, penarikan diri, dan pemecahan masalah yang kurang positif (Hanzal & Segrin, 2009). Pasangan suami istri di awal masa pernikahan yang cenderung pada perilaku destruktif seperti menyerang secara fisik maupun verbal, membantah, ataupun menghindar, akan memiliki kepuasan hidup dan afeksi positif yang rendah, namun afeksi negatif yang tinggi (Aviani & Primanita, 2019). Artinya, individu yang cenderung mengalami pengaruh negatif dan ketidakstabilan emosi tidak akan selalu memproses interaksi konflik dengan cara yang efektif. Strategi-strategi ini dianggap tidak efektif dan dapat melemahkan kemampuan pasangan dalam mengelola stres terkait konflik, sehingga memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai bagaimana gaya-gaya resolusi konflik tertentu dapat memengaruhi dinamika pernikahan.

Ketidakmampuan dalam menangani konflik secara efektif dapat berdampak negatif pada individu dan hubungan mereka. Hal ini dapat menurunkan rasa percaya diri dan menimbulkan kebingungan dalam mencari makna hidup, yang pada akhirnya merusak kualitas interaksi positif dengan orang lain (Urrahmah, 2020). Pendekatan yang tidak efektif dalam menyelesaikan konflik juga dapat meningkatkan stres dan ketidakpuasan dalam pernikahan serta membatasi pasangan untuk mencari dukungan dari luar, seperti keluarga, teman, atau sumber dukungan lainnya (Ayenew, 2016). Sebaliknya, gaya resolusi konflik yang efektif dapat memberikan banyak dampak positif, seperti komunikasi yang lebih baik, pemahaman yang mendalam antara pasangan, peningkatan rasa percaya diri, peningkatan adaptasi, serta peningkatan tingkat kepuasan dan kebahagiaan dalam pernikahan (Saputri, 2020). Kemampuan mengelola konflik dengan baik membantu pasangan membentuk hubungan yang kuat dan intim (Farahanifar dkk., 2019). Oleh karena itu, keterampilan mengelola konflik sangat penting untuk menciptakan hubungan yang harmonis dan berkelanjutan.

Penelitian sebelumnya oleh Adriani dan Ratnasari (2021) menunjukkan perbedaan gaya resolusi konflik antara suami dan istri, di mana suami cenderung menggunakan gaya pemecahan masalah positif dan kepatuhan, sementara istri lebih sering menggunakan gaya keterlibatan konflik. Meskipun penelitian tersebut memberikan wawasan berharga, kesenjangan muncul karena sampel yang kurang beragam dan ketidaksetaraan dalam jumlah partisipan laki-laki dan perempuan, yang dapat menyebabkan bias dalam hasil. Sebagaimana diungkapkan oleh Igbo dkk. (2014), perbedaan gender dapat memengaruhi strategi penyelesaian konflik

yang diadopsi oleh individu, di mana laki-laki sering kali diasosiasikan dengan gaya dominasi dan agresi, sementara perempuan lebih cenderung menggunakan pendekatan kompromi dan penyelesaian yang damai. Ketika jumlah pasangan tidak seimbang, hasil penelitian dapat mencerminkan suara kelompok yang lebih dominan dan mengabaikan perspektif dari kelompok yang lebih kecil. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melibatkan jumlah pasangan suami istri yang setara, agar analisis gaya resolusi konflik dapat lebih objektif dan mencerminkan dinamika interaksi diadik yang lebih akurat.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti terkait gambaran gaya resolusi konflik yang digunakan oleh masing-masing pasangan suami-istri pada masa awal pernikahan, baik dari penilaian terhadap diri sendiri dan persepsi individu terhadap pasangan dalam menghadapi konflik rumah tangga. Penelitian ini difokuskan pada pasangan suami-istri yang telah menikah kurang dari lima tahun, karena masa ini dianggap sebagai periode kritis yang penuh dengan tantangan akibat berbagai perubahan dinamika baru dalam kehidupan pernikahan seperti penyesuaian dengan pasangan, kehadiran anak pertama, dan pengasuhan anak. Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam menyelesaikan konflik, sehingga memahami perbedaan ini dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang dinamika pernikahan dan membantu dalam mengembangkan intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kualitas hubungan suami istri. Dengan memahami pentingnya gaya resolusi konflik dalam mempertahankan hubungan pernikahan, penelitian ini akan mengidentifikasi jenis gaya resolusi konflik yang paling sering digunakan oleh pasangan suami-istri pada

lima tahun awal pernikahan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang cara pasangan suami-istri menghadapi konflik dan dampaknya pada hubungan pernikahan, serta memberikan wawasan bagi pasangan suami-istri dalam mengelola konflik dan mempertahankan keharmonisan hubungan mereka.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini yaitu seperti apa gambaran gaya resolusi konflik pada masa awal pernikahan?

1.3 Tujuan

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran gaya resolusi konflik pada masa awal pernikahan.

1.4 Manfaat

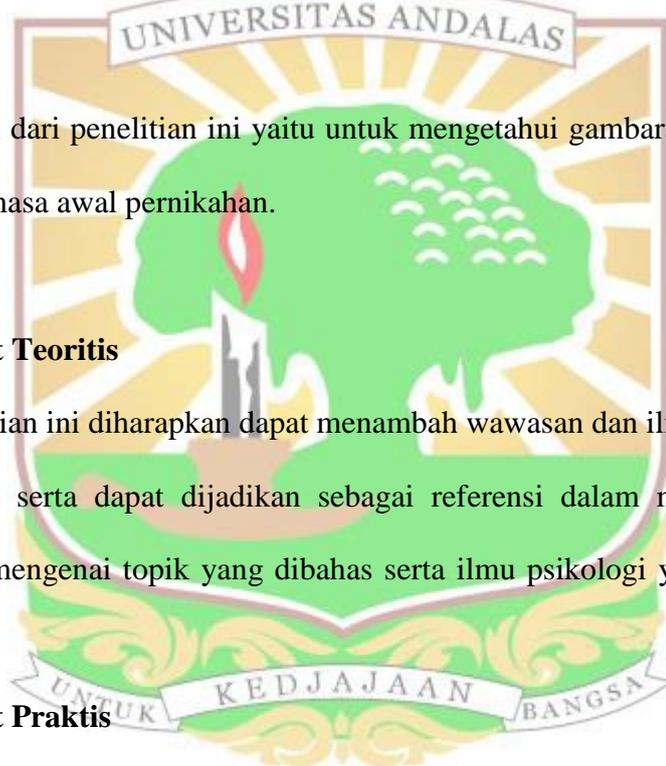
1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan para pembaca serta dapat dijadikan sebagai referensi dalam mengembangkan pengetahuan mengenai topik yang dibahas serta ilmu psikologi yang terkandung di dalamnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang akan didapatkan dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mendalam tentang konflik pada masa awal pernikahan, termasuk penyebab, jenis, dan strategi penyelesaiannya, yang dapat meningkatkan keterampilan pasangan suami-istri dalam menangani konflik secara sehat



dan efektif, meningkatkan keharmonisan dalam hubungan pernikahan, terutama pada pasangan suami-istri yang telah menjalani ikatan pernikahan lima tahun awal.

2. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penyedia layanan konseling pernikahan untuk mengembangkan pendekatan yang lebih terarah dalam membantu pasangan mengelola konflik dan membangun hubungan yang sehat.

3. Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi baru dan tambahan referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin membahas mengenai topik gambaran gaya resolusi konflik pada masa awal pernikahan. Dengan demikian, penelitian ini dapat membantu membangun landasan pengetahuan yang lebih kuat dalam bidang psikologi dan hubungan interpersonal.

