

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Individu yang menjalani pernikahan idealnya akan tinggal satu atap dan menjalani kehidupan bersama pasangan sebagaimana mestinya (Tantri, 2021). Di zaman yang serba modern ini, ada juga seseorang yang memutuskan untuk tidak tinggal bersama pasangan. Keadaan di mana pasangan memutuskan untuk tidak tinggal di rumah yang sama tidak terjadi secara tiba-tiba dikarenakan ada berbagai pertimbangan yang mendasari terjadinya fenomena ini. Fenomena dimana individu menikah memutuskan untuk tidak tinggal satu rumah dan harus berpisah secara fisik dengan pasangan disebut *long distance marriage* (Ramadhini & Hendriani, 2015).

*Long distance marriage* atau disebut juga dengan *commuter marriage* adalah situasi di mana suami-istri memutuskan untuk tinggal di dua tempat yang berbeda secara geografis dan terpisah satu sama lain minimal tiga malam per minggu dalam periode berpisah selama tiga bulan (Gross & Gerstel, 1982). Dengan kata lain, selama satu minggu seseorang hanya memiliki intensitas reuni dengan pasangan maksimal dua kali seminggu dalam periode pernikahan jarak jauh yang sudah berlangsung selama tiga bulan atau lebih. Pernikahan jarak jauh dapat terjadi apabila baik suami dan istri sama-sama setuju atas keputusan bersama yang memaksa mereka untuk menetap di tempat yang berbeda. Pernyataan yang serupa juga diungkapkan oleh McBride dan Bergen (2014) yang menyebut *long distance marriage* sebagai situasi di mana suami-istri tinggal di lokasi yang berbeda

selama hari kerja dalam rentang waktu yang relatif lama, tergantung dari seberapa lama karir itu berlangsung.

*Long distance marriage* disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah ekonomi, pekerjaan, dan pendidikan (Suryadi, 2022). Ketersediaan lapangan pekerjaan yang tidak merata di suatu daerah di tengah meningkatnya kebutuhan ekonomi menyebabkan salah satu pasangan harus merantau ke daerah yang memiliki banyak lapangan pekerjaan. Sementara itu bagi pasangan yang sama-sama memiliki pekerjaan, tidak jarang ada yang dipindahtugaskan ke daerah lain dan salah satunya tidak bisa ikut pindah dikarenakan mereka juga memiliki pekerjaan sendiri. Ada juga individu yang ingin mendapatkan gelar sarjana di universitas yang mereka impikan, mau tidak mau harus meninggalkan pasangan demi mengenyam pendidikan yang lebih tinggi (Suryadi, 2022).

*Long distance marriage* seolah menjadi sebuah 'tren' di beberapa negara, salah satunya bisa dilihat di negara Amerika Serikat. Dilansir dari *Gitnux Market Data Report 2024*, diketahui sebanyak 3.75 juta pasangan menikah atau 10% dari pasangan yang sudah menikah di AS sedang menjalani *long distance marriage* pada tahun 2022. Sementara itu, di Indonesia, data statistik mengenai jumlah individu yang menjalani LDM saat ini belum tersedia. Namun, fenomena LDM dapat ditemukan salah satunya pada mereka yang menjadi pekerja migran. Data dari BNP2TKI menuturkan bahwa dalam rentang tahun 2017-2019 jumlah Pekerja Migran Indonesia (PMI) yang berstatus telah menikah dan sedang menjalani LDM sebanyak 26.927 orang (Jamil dkk., 2023). Fenomena LDM juga

banyak ditemukan pada mereka yang bekerja di pelayaran, badan militer, karyawan perusahaan atau instansi, dan lain-lain.

Scott (2002) berpendapat bahwa *long distance marriage* merupakan tipe pernikahan yang kurang stabil, kurang sukses, bahkan bisa bercerai. Pernyataan ini dibuktikan oleh data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia tahun 2022 yang menyebutkan sebanyak 39.359 kasus perceraian disebabkan oleh individu yang menjalani *long distance marriage*. Pernikahan jarak jauh adalah satu dari tiga faktor utama perceraian pada saat itu (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2023). Tidak heran hal ini terjadi dikarenakan adanya berbagai tantangan yang harus dihadapi oleh individu yang menjalani *long distance marriage*.

Naibaho dan Virlia (2016) menyebutkan ada tiga tantangan utama yang dihadapi oleh pasangan *long distance marriage*. Pertama, munculnya perbedaan persepsi individu dengan pasangan dikarenakan adanya informasi yang kurang relevan dalam hubungan. Apabila persepsi ini tidak dikontrol dengan baik dikhawatirkan berujung pada persepsi negatif yang ditunjukkan melalui kecurigaan satu sama lain. Tantangan kedua adalah munculnya ketidakseimbangan kekuasaan dalam rumah tangga. Dalam keluarga yang masih menganut sistem konvensional, suami berperan sebagai kepala rumah tangga yang mengatur, menuntun, melindungi, dan menimbang keputusan, sementara istri berperan sebagai pengatur seluruh kebutuhan dan pengeluaran dalam rumah tangga (Yulianto dkk., 2016). Apabila suami jauh dari jangkauan keluarga, maka dominasi sebagai pemimpin dalam rumah tangga akan dibebankan pada istri dan sebaliknya apabila istri jauh dari jangkauan keluarga, maka suami lah yang harus

pandai mengatur kebutuhan serta pengeluaran dalam rumah tangga selama ditinggal istri berkarir. Tantangan ketiga, munculnya penurunan intensitas komunikasi dikarenakan adanya kesibukan serta jarak yang memisahkan.

Komunikasi intens yang baik antara suami dan istri dapat dijalin dalam bentuk verbal dan non verbal (Zhafirah, 2020). Sayangnya pada individu yang menjalani *long distance marriage*, mereka mengalami keterbatasan dalam menyampaikan komunikasi non-verbal (Kurniawan dkk., 2023). Hasilnya, selama menjalani *long distance marriage* individu dan pasangan hanya bisa berkomunikasi secara verbal melalui telepon atau sosial media. Gruner (2011) mengungkapkan selama berkomunikasi melalui sosial media, beberapa aspek seperti bahasa tubuh, gestur tangan, intonasi, *pitch* nada, dan ekspresi wajah sangat terbatas penyalurannya tidak seperti saat bertatap muka secara langsung. Dibandingkan komunikasi verbal, komunikasi non verbal memiliki peran lebih penting dalam memahami karakter dan emosi pasangan (Charis dkk., 2020).

Selama berkomunikasi lewat sosial media, rupanya perbedaan gender antara laki-laki dan perempuan juga memiliki pengaruh yang besar tidak hanya dalam interaksi *face to face* (Gruner, 2011). Dalam penelitian CaldWell dan Peplau (1982), ia menemukan bahwa komunikasi antar laki-laki lebih berbasis pada aktifitas dan melakukan sesuatu secara bersama-sama. Sementara itu, komunikasi antar perempuan lebih berbasis pada pembicaraan dan saling berbagi emosional satu sama lain. Maka dari itu, tidak heran jika perempuan cenderung lebih ekspresif secara emosional dalam berkomunikasi lewat sosial media khususnya pesan teks dibandingkan dengan laki-laki yang hampir tidak ekspresif saat

mengirimkan pesan teks (Gruner, 2011). Perbedaan *communication style* antara laki-laki dan perempuan dapat menyebabkan adanya kesalahpahaman dan salah tafsir makna apabila tidak bisa memahami perbedaan yang ada (Gruner, 2011).

Kesalahpahaman dalam komunikasi oleh individu dan pasangan selama menjalani *long distance marriage* biasanya dipicu oleh adanya ketidakjelasan dalam pengungkapan emosi (Kurniawan dkk., 2023). Salah satu aspek yang berperan penting dalam komunikasi interpersonal khususnya non verbal adalah *emotional expressivity* (Sutanto dkk., 2024). *Emotional expressivity* (ekspresi emosi) merupakan pola seseorang dalam mengungkapkan ekspresi secara verbal dan non verbal yang sering muncul namun tidak selalu terlihat (Halberstadt dkk., 1995). Ekspresi emosi dapat diamati berdasarkan gerak tubuh, mimik wajah, dan vokal (Halberstadt dkk., 1995).

Sebagai suami dan istri haruslah mampu dalam mengendalikan ekspresi emosi yang dikeluarkan, secara ekspresi emosi memiliki peran yang cukup besar dalam hubungan pernikahan. Namun pada kenyataannya, tidak semua individu menikah pernah belajar apalagi sadar dengan bagaimana cara mengungkapkan ekspresi emosi yang tepat pada pasangan (Jesuorobo & Igbineweka, 2023). Sebagian besar dari mereka masih memiliki kesulitan dalam mengekspresikan emosi dalam pernikahan. Bukti dari ketidakmampuan ini bisa dilihat dari perilaku *ghosting* (menghilang atau menghindar secara tiba-tiba) yang sering terjadi pada pasangan menikah (Nurdin dkk., 2022). Perilaku ini berawal dari ketidakmampuan dalam mengungkapkan emosi yang dirasakan dan apa yang dipikirkan. Baik pihak suami dan pihak istri sama-sama tidak berani

mengutarakan ketidaknyamanan dan ketidakpuasan selama menjalani hubungan yang apabila dibiarkan cukup lama dapat berdampak buruk pada keberlangsungan pernikahan (Navarro dkk., 2020).

Individu menikah yang kurang dalam mengekspresikan emosi juga memiliki permasalahan pada *accessibility*, *responsiveness*, *engagement*, atau yang biasa disingkat dengan A-R-E (Jesuorobo & Igbineweka, 2023). *Accessibility* adalah bagaimana seseorang mampu menjadi lebih terbuka dan dapat dijangkau oleh pasangannya. *Responsiveness* mengacu pada bagaimana tindakan seseorang mampu menyesuaikan diri dengan emosi yang diberikan oleh pasangan. Terakhir, *engagement* adalah bagaimana seseorang dapat membuat pasangannya merasa lebih dihargai dan istimewa. Beberapa pasangan menikah yang menjalani terapi sering mengeluhkan tiga hal tersebut, mereka belum bisa untuk menjangkau, beradaptasi dan menghargai pasangannya masing-masing (Johnson, 2008 dalam Jesuorobo & Igbineweka, 2023).

Pada individu yang menjalani *long distance marriage*, mereka terkendala dalam mengungkapkan ekspresi emosi terutama dalam bentuk non-verbal (Subhan, 2022). Padahal, 70% ekspresi emosi seseorang bersifat non verbal dan hanya 30% saja yang termasuk ekspresi emosi verbal (Hull, 2016). Selanjutnya, individu yang menjalani *long distance marriage* memiliki kendala dalam penyampaian emosi positif seperti ungkapan rasa sayang dan ingin menunjukkan kesetiaan. Emosi positif ini sulit untuk dipertunjukkan karena seseorang tidak dapat melihat pasangannya secara fisik, tidak seperti pasangan menikah yang masih tinggal satu atap, yang mana intensitas pertemuan akan berbeda dibanding

mereka yang menjalani pernikahan jarak jauh (Subhan, 2022). Individu yang menjalani *long distance marriage* dengan *emotional expressivity* yang buruk lebih sering menunjukkan emosi negatif seperti rasa cemas, curiga, khawatir, dan cemburu (Subhan, 2022). Kondisi ini disebabkan oleh adanya pemenuhan hak yang terbatas serta pembagian kekuasaan yang timpang di rumah tangga terutama bagi yang telah memiliki anak (Winta & Nugraheni, 2019). Di sini, pihak istri lebih sering menunjukkan ekspresi emosi negatif karena pengasuhan dilakukan seorang diri tanpa adanya dukungan penuh oleh sang suami (Nadhila & Septiana, 2023).

Penelitian terkait variabel ini masih sedikit dibahas di Indonesia. Meski begitu, ekspresi emosi adalah hal yang tak luput dari pandangan peneliti dan perlu dikaji lebih dalam terutama pada individu yang menjalani *long distance marriage*. Seseorang yang menjalani LDM perlu mengetahui seperti apa gambaran dari *emotional expressivity* itu sendiri. Dari uraian di atas dan diperkuat oleh fenomena, peneliti tertarik untuk mengangkat judul “Gambaran *Emotional Expressivity* pada Individu yang Menjalani *Long Distance Marriage*.”.

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disajikan, maka didapatkan rumusan masalah dalam penelitian yaitu bagaimana gambaran *emotional expressivity* pada individu yang menjalani *long distance marriage*?

## 1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk memberi gambaran *emotional expressivity* pada individu yang menjalani *long distance marriage*.

## 1.4. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat, baik ditinjau secara teoritis maupun praktis.

### 1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya serta berkontribusi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan atau kajian psikologi, berkaitan dengan gambaran *emotional expressivity* pada individu yang menjalani *long distance marriage*.

### 1.4.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi individu yang menjalani *long distance marriage*

Penelitian ini memberi pemahaman tentang seperti apa gambaran *emotional expressivity* sehingga individu yang menjalani pernikahan jarak jauh dapat lebih memperhatikan penggunaan ekspresi emosi yang ditujukan di saat terpisahkan oleh jarak dan kesibukan.

- b. Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan pedoman bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian terkait *emotional expressivity* pada individu yang menjalani *long distance marriage*.

