

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Setiap manusia akan mengalami perkembangan di sepanjang hidupnya. Perkembangan tersebut akan dilalui dalam beberapa tahapan dengan masing-masing tugas perkembangannya (Papalia, Feldman, & Martorell, 2015). Salah satu tahapan perkembangannya adalah *emerging adulthood*. *Emerging adulthood* merupakan masa transisi antara remaja akhir dan dewasa awal yang berkisar dari usia 18 sampai 25 tahun (Arnett, 2000). Pada masa ini, seorang individu masih mengeksplorasi identitasnya di dalam tiga area utama, yaitu; pemilihan jalur karier, hubungan romantis, dan pembentukan pandangan (Côté & Levine, 2002; dalam Schwartz, Côté, & Arnett, 2005).

Pada tahapan *emerging adulthood*, eksplorasi di dalam hubungan romantis menjadi lebih serius dibandingkan dua area lainnya (Arnett, 2000). Hal ini juga didukung oleh Papalia, Feldman, dan Martorell (2015) yang menyatakan hubungan romantis dimulai pada masa remaja dan puncaknya pada masa dewasa muda. Hal inilah yang mendasari hubungan romantis juga menjadi sangat relevan di kalangan mahasiswa (Grayson, 2006; dalam Roberts & Pistole, 2009). Di sisi lain, Arnett (2007) juga menyatakan bahwa hubungan romantis turut menjadi signifikan di kalangan pekerja yang sedang berada di usia 18 sampai 25 tahun, dimana secara umum pada individu usia ini juga sedang bekerja.

Hubungan romantis secara jarak geografis dibedakan menjadi dua, yaitu hubungan jarak dekat dan hubungan jarak jauh atau *long-distance relationship* (Kelmer, Rhoades, Stanley, & Markman, 2012). *Long-distance relationship* didefinisikan sebagai hubungan antara dua individu yang secara geografis dipisahkan oleh jarak (Kelmer dkk., 2012). Di sisi lain, Hampton (2001; dalam Novia & Suryadi, 2013) menjelaskan *long-distance relationship* sebagai hubungan intim dengan lawan jenis yang terpisahkan oleh jarak fisik dalam periode waktu tertentu. Berbeda dengan hubungan jarak jauh, hubungan jarak dekat didefinisikan sebagai hubungan antara dua individu yang secara geografis berada di kota yang sama (Nisa & Sedjo, 2010). Untuk menyimpulkan, *long-distance relationship* dapat didefinisikan sebagai hubungan intim antara dua individu yang secara geografis tidak memungkinkan adanya kedekatan fisik untuk periode waktu tertentu (Canary & Dainton; dalam Parks, 2017).

Hubungan jarak jauh disebabkan oleh dua faktor, yaitu pendidikan dan tuntutan pekerjaan yang secara fisik dan geografis berbeda (Neustaedter & Greenberg, 2012). Menurut Badan Pusat Statistik (2018) terdapat 63,82 juta jiwa pemuda yang tersebar dari barat sampai timur wilayah Indonesia dan mengisi hampir seperempat penduduk Indonesia, yakni sebesar 24,15 persen. Di samping itu, Pulau Jawa yang menjadi tempat yang memiliki persebaran pemuda paling besar yakni 55,53 persen.

Di sisi lain, dari survei mini yang telah dilakukan oleh peneliti, ditemukan bahwa penyebab utama pasangan menjalin *long-distance relationship* adalah pendidikan dengan persentase 81,1 persen dari 37 responden. Berdasarkan Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDIKTI) tahun 2019 ditemukan bahwa ada

307 universitas yang terdapat di Pulau Jawa. Hal inilah yang menjadi salah satu alasan mengapa banyak pemuda yang memilih untuk melanjutkan pendidikan serta menetap di Pulau Jawa.

Adapun juga, Badan Pusat Statistik Indonesia (2015) menunjukkan bahwa sebesar 56,8 persen penduduk Indonesia melakukan migrasi ke Pulau Jawa yang angkanya jauh lebih tinggi dibandingkan migrasi ke luar Pulau Jawa. Hal ini jugalah yang menjadi salah satu penyebab dan peluang individu harus menjalin *long-distance relationship* dengan pasangannya. Di samping itu, dari survei mini yang telah dilakukan oleh peneliti, ditemukan bahwa penyebab kedua pasangan menjalin *long-distance relationship* adalah pekerjaan dengan persentase 21,6 persen dari 37 responden.

Membina *long-distance relationship* berbeda dengan membina hubungan jarak dekat. Hal ini terjadi karena dalam menjalani *long-distance relationship*, pasangan tidak dapat melakukan kontak fisik sesering mereka yang menjalani hubungan jarak dekat (Dharmawijati, 2016). Adapun juga, hampir seluruh negara di dunia sedang mengalami pandemi covid-19 yang merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh jenis coronavirus yang baru ditemukan. Coronavirus sendiri menyebar melalui percikan-percikan dari mulut atau hidung yang keluar dari orang yang telah terinfeksi coronavirus. Hal ini menyebabkan pemerintah menetapkan sistem *physical distancing* sebagai salah satu protokol kesehatan untuk mencegah penyebaran coronavirus dari orang ke orang. Di sisi lain, pandemi covid-19 ini juga membuat fenomena *long-distance relationship* menjadi lebih signifikan.

Meskipun signifikan, membina *long-distance relationship* pada masa pandemi akan jauh lebih sulit dibandingkan pada masa normal. Hal ini dikarenakan pandemi dapat menimbulkan *stressor* tambahan, seperti kecemasan tertular virus dan ketidakpastian ekonomi. *Stressor* ini dapat menimbulkan persepsi negatif terhadap pasangan dan hubungan yang sedang dijalin (Dargie, Blair, & Goldfinger, 2015; dalam Rahma, 2020).

Protokol kesehatan yang telah ditetapkan, berupa peraturan yang bertujuan agar masyarakat tetap aman dari penularan coronavirus (Mardiyah, 2020). Ada beberapa protokol kesehatan yang telah ditetapkan pemerintah, seperti adanya *physical distancing* dan pembatasan moda transportasi. *Physical distancing* mengacu pada penetapan jarak diri sendiri dengan orang di sekitar (Mukaromah, 2020). Di samping itu, *physical distancing* juga membuat seseorang tidak bisa dengan bebas bersentuhan secara fisik dengan orang lain dengan tujuan untuk menjaga keamanan satu sama lain.

Di sisi lain, pembatasan moda transportasi mengacu pada pembatasan penggunaan sarana transportasi, seperti pesawat, kereta api, kapal, dsb yang bisa mengangkut seseorang dari satu tempat ke tempat yang berbeda (Mukaromah, 2020). Hal ini membuat seseorang tidak bisa sembarang dan bebas berpergian kemana saja layaknya pada masa normal. Hal ini jugalah yang membuat individu yang sedang *long-distance relationship* semakin sulit untuk bisa menginvestasikan waktu dan usaha agar bisa bertemu dengan pasangannya untuk melepas rasa rindu. Bahkan, keterbatasan kontak fisik dengan protokol kesehatan yang telah ditetapkan, juga dapat memicu seseorang mengalami kesepian, rindu yang

berlebihan, mengalami psikosomatis, dan perasaan lain yang berbahaya (Indrianie, 2020; dalam Halakrispen, 2020).

Di samping itu, berdasarkan dari hasil survei mini yang telah dilakukan, sebanyak 38,9 persen dari 37 responden menyatakan bahwa kurangnya kontak fisik memang menjadi juga menjadi persoalan di dalam menjalin *long-distance relationship*. Hal ini didukung oleh Myers dan Twenge (2013) yang menyatakan bahwa salah satu aspek yang berperan penting dalam hubungan romantis adalah kedekatan secara geografis. Dengan adanya keterbatasan kontak fisik, maka individu akan mengalami berbagai tantangan di dalam membangun komunikasi yang berkualitas, mengimplementasikan pemecahan masalah yang tepat, dan membangun kepercayaan dengan pasangannya (Fatraya, 2018).

Nisa dan Sedjo (2010) menyatakan bahwa penyebab konflik yang bermunculan dalam *long-distance relationship* yang paling jelas karena adanya masalah pada komitmen pasangan. Hal ini dikarenakan komitmen juga memiliki pengaruh yang penting sehingga individu mampu berkorban terhadap pasangan, mengembangkan keyakinan yang positif, serta membuat individu mampu memiliki ketahanan di dalam menjaga suatu hubungan (Vangelisti & Perlman, 2018). Melihat hal tersebut, bila adanya masalah komitmen, maka konflik akan bermunculan karena individu enggan berkorban kepada pasangan, sulit mengembangkan keyakinan yang positif terhadap pasangan, dan membuat individu memandang bahwa hubungan mereka tidak perlu dipertahankan.

Untuk mengetahui lebih lanjut konflik terkait fenomena *long-distance relationship* yang dialami oleh *emerging adulthood* yang sedang menjalani *long-*

*distance relationship*, pada tanggal 19 Maret 2020, peneliti berupaya untuk melakukan wawancara singkat kepada dua orang mahasiswa Universitas X yang sedang menjalani *long-distance relationship*. Mahasiswa pertama (berinisial X) merupakan seorang perempuan berusia 21 tahun yang berasal dari Batam dan sedang menempuh pendidikan di suatu Universitas yang berada di Provinsi Banten mengatakan bahwa:

Konflik yang bermunculan saat saya LDR biasanya terkait kejenuhan sehingga mempengaruhi kualitas komunikasi yang ada. Kejenuhan ini terjadi karena kesibukan kita di tempat masing-masing dan keterbatasan untuk bisa bertemu secara langsung. Hal ini membuat saya sempat memiliki kendala di dalam mempertahankan komitmen dan meragukan apakah dia adalah orang yang tepat. Oleh sebab itu, tanpa adanya komitmen menurut saya hubungan akan lebih mudah putus dengan alasan yang tidak jelas. Namun, ketika pasangan saya bisa menyediakan waktu untuk *video call* dengan tujuan menanyakan kabar, melakukan *late night talk* terkait topik-topik mendalam, dan memberikan dukungan moral untuk setiap kegiatan yang saya lakukan bisa memberikan kepuasan yang saya butuhkan selama LDR ini. Maka dari itu, menurut saya komitmen dapat mengingatkan seseorang untuk bertahan di dalam hubungan, terutama pada saat konflik-konflik terjadi.

Hal yang sama dikatakan oleh mahasiswa (berinisial F) yang merupakan seorang perempuan berusia 21 tahun yang berasal dari Surabaya dan sedang menempuh pendidikan di suatu Universitas yang berada di Provinsi Banten:

Banyak cobaan selama menjalani *long-distance relationship*. Hal ini dikarenakan saya merasa iri melihat pasangan yang tidak berada di *long-distance relationship*. Selain itu, selama di kampus saya juga bertemu dengan banyak orang terutama laki-laki yang sebenarnya bisa membuat saya terbawa perasaan. Bahkan, sempat terpikirkan oleh saya apakah lebih baik mencari orang lain. Oleh sebab itu, saya merasa komitmen itu sangat penting untuk menjaga suatu hubungan. Di samping itu, dengan waktu disediakan oleh pasangan saya, terutama disaat saya sedang mengalami stres, juga membantu saya untuk tetap intim dan bahagia dengan dirinya sekalipun di dalam hubungan jarak jauh. Di sisi lain, karena tujuan pacaran adalah untuk menikah maka diperlukan komitmen untuk membuat kita bertahan dari setiap konflik yang muncul sampai akhirnya mengarahkan kita kepada pernikahan. Apabila tidak ada komitmen, saya merasa tidak akan ada pegangan yang jelas sehingga tidak tahu arah hubungan akan dibawa kemana.

Pada wawancara singkat antara peneliti dengan X dan F, ditemukan bahwa tanpa adanya komitmen di dalam *long-distance relationship*, maka akan sangat sulit mempertahankan hubungan untuk jangka panjang. Hal ini juga didukung oleh Rabby (2007), yang menyatakan bahwa komitmen menjadi kunci dalam mempertahankan *long-distance relationship*. Pistole, Roberts, dan Mosko (2010), mengindikasikan bahwa *long-distance relationship* digambarkan melalui komitmen. Ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa komitmen berperan dalam membantu individu untuk mengatasi konflik yang muncul dan menjaga suatu hubungan (Etcheverry & Le, 2005). Menurut Sternberg

(1986; dalam Madey & Rodgers, 2009) tanpa adanya komitmen maka akan sangat sulit suatu hubungan bisa bertahan, baik di dalam hubungan jarak dekat maupun hubungan jarak jauh.

Dalam menjalani hubungan jarak jauh, komitmen berperan lebih penting dan genting dibandingkan komitmen pada hubungan jarak dekat. Hal ini dikarenakan pada hubungan jarak jauh, komitmen menjadi tantangan karena keterbatasan kontak fisik yang mengakibatkan seseorang sulit untuk mempercayai dan mempertahankan hubungannya (Canary & Dainton, 2003; dalam Parks, 2017). Adapun juga, Dharmawijati (2016) menyatakan bahwa dengan banyaknya konflik yang muncul tanpa adanya komitmen, maka suatu hubungan jarak jauh akan mudah berakhir dengan putus. Berdasarkan hasil survei mini yang telah dilakukan, ditemukan sebanyak 62,2 persen dari 37 responden menyatakan tanpa komitmen suatu hubungan tidak akan bertahan lama dan berakhir dengan putus. Hal ini juga didukung oleh Le, Korn, Crockett, dan Loving (2010) yang menyatakan bahwa komitmen dapat memprediksi strategi dalam menjaga relasi dan batasan perselingkuhan ketika berpisah secara fisik.

Menurut Rusbult, Agnew, dan Arriaga (2011) komitmen merupakan keadaan psikologis langsung yang mempengaruhi perilaku sehari-hari di dalam suatu hubungan oleh karena faktor *satisfaction*, *investment size*, dan *quality of alternatives* guna mempertahankan suatu hubungan dalam jangka waktu yang panjang. Berdasarkan Rusbult (1994; dalam Miller, 2015), komitmen merupakan komponen penting yang mengarahkan seseorang untuk mempertahankan serta melanjutkan hubungan dengan pasangannya dalam orientasi jangka panjang.



Di samping itu, dari survei mini yang telah dilakukan peneliti, ditemukan sebesar 67,6 persen dari 37 responden menyatakan komitmen merupakan komponen yang penting dalam *long-distance relationship* dan sebesar 18,9 persen dari 37 responden menyatakan bahwa komitmen diperlukan untuk meminimalisir konflik dengan pasangan. Oleh karena itu, komitmen menjadi kunci di dalam *long-distance relationship* untuk membuat seseorang lebih terikat dengan pasangannya sehingga tidak akan mudah mengakhiri hubungan yang telah dibangun sekalipun ada banyak konflik yang terjadi di dalam hubungan.

Komitmen dapat dipengaruhi oleh pengalaman, peristiwa, dan interaksi dengan orang-orang yang terlibat di dalam suatu hubungan. Adapun juga, hal-hal tersebut dikategorikan ke dalam dua faktor utama yang dapat mempengaruhi komitmen, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Arriaga & Agnew, 2001). Pada faktor eksternal, komitmen dipengaruhi oleh berbagai hal yang berasal di luar hubungan seperti keterlibatan orang-orang yang signifikan dan ketergantungan akan finansial. Pada faktor internal, komitmen dipengaruhi oleh berbagai hal yang berasal dari dalam diri sendiri, seperti *psychological attachment*, pandangan terhadap pasangan dan hubungan yang dijalin, dan dorongan dari diri sendiri untuk melanjutkan hubungan.

Bila melihat faktor internal, *attachment* memang turut mempengaruhi komitmen, dimana pasangan yang terikat secara emosional dan rasa aman akan menjalani hubungan dengan penuh komitmen (Arriaga & Agnew, 2001). Di sisi lain, hal ini dikarenakan *attachment* juga turut berperan dalam cara seseorang berinteraksi dan menghadapi suatu permasalahan dengan orang lain (Khumairoh & Undarwati, 2015).

*Attachment* didefinisikan sebagai kedekatan seorang anak dengan pengasuhnya yang memiliki fungsi biologis mendasar (Bowlby, 1969). Meskipun *attachment* seseorang telah terbentuk sejak kecil oleh figur *attachment*, pola ini akan terbawa dan turut mempengaruhi cara seseorang berhubungan dengan orang lain termasuk pasangannya. Hal inilah yang menjadi dasar teori *adult romantic attachment* yang mengacu pada cara individu merespon pasangannya terkait pengalaman di masa lalu dengan figur *attachment* (Hazan & Shaver, 1987).

Adapun juga, hal tersebut jugalah yang menjelaskan bahwa komitmen seseorang tidak muncul tiba-tiba melainkan sebagai salah satu bentuk respon terkait pengalaman bersama figur *attachment* di masa kecil. Hal ini juga selaras dengan Rusbult, Olsen, Davis, dan Harmon (2001) yang menyatakan bahwa *attachment* turut mempengaruhi bagaimana individu berkomitmen melalui cara pandang dan motivasinya terkait tujuan hubungan yang dijalin bersama figur *attachment*.

Ainsworth, Blehar, Waters, dan Wall (dalam Mikulincer & Shaver, 2007) menjelaskan bahwa terdapat dua dimensi *attachment*: *attachment-related anxiety* dan *attachment-related avoidance*. Individu dengan *attachment-related anxiety* yang tinggi cenderung lebih-lebihkan ekspresi emosi negatif, memiliki keraguan yang serius mengenai *self-efficacy*, dan sulit untuk mempercayai pasangan mereka, sedangkan individu dengan *attachment-related avoidance* yang tinggi cenderung menekan dan mengambat emosi (Mikulincer & Shaver, 2007). Menurut Mikulincer dan Shaver (2007), kedua dimensi ini berasal dari kondisi dimana figur *attachment* gagal memenuhi kebutuhan serta hadir pada saat yang dibutuhkan.

Pada penelitian sebelumnya, Mikulincer dan Erev (1991; dalam Mikulincer & Shaver, 2007) ditemukan bahwa individu dengan *attachment-related anxiety* yang tinggi justru memiliki kecenderungan untuk mempunyai hubungan yang sangat berkomitmen bila dibandingkan individu dengan *attachment-related avoidance* yang tinggi. Meskipun demikian, pada penelitian yang dilakukan oleh Davis, Shaver, dan Vernon (2003; dalam Etcheverry, Le, Wu, & Wei, 2013), justru menemukan adanya korelasi negatif yang signifikan dari dimensi *attachment-related anxiety* dengan komitmen. Hal ini dikarenakan individu dengan *attachment-related anxiety* yang tinggi diasosiasikan dengan tindakan negatif yang seringkali dilakukan untuk putus dengan pasangannya.

Di samping itu, beberapa penelitian sebelumnya juga menemukan memang adanya hubungan yang signifikan antara kedua dimensi dari *attachment* dengan komitmen pada masing-masing pasangan (Tucker & Anders, 1999; Schmitt, 2002; Steiner-Pappalardo & Gurung, 2002; dalam Mikulincer & Shaver, 2007). Seperti di dalam penelitian Tucker dan Anders (1999; dalam Mikulincer & Shaver, 2007) dijelaskan bahwa hanya pada skala satu, dimensi *avoidance* tidak signifikan dengan komitmen pada perempuan, melainkan dimensi *anxiety* yang signifikan dengan komitmen. Hal ini dikarenakan pada penelitian yang telah dilakukan menggunakan *multiple-regression* sehingga ditemukan ada dimensi yang lebih signifikan dibandingkan dimensi lainnya.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya yang telah menemukan adanya hubungan yang signifikan antara dimensi *attachment-related avoidance* dan dimensi *attachment-related anxiety* dengan komitmen, serta adanya hasil penelitian yang justru berbeda, membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini

dengan menaikkan *level* hubungan ke *level* pengaruh dengan tujuan melihat apakah ada pengaruh *attachment* dan komitmen pada *emerging adulthood* yang sedang menjalin *long-distance relationship*.

## 1.2 Rumusan Permasalahan

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- 1) Apakah terdapat pengaruh dimensi *attachment-related avoidance* terhadap komitmen pada *emerging adulthood* yang sedang menjalin *long-distance relationship*?
- 2) Apakah terdapat pengaruh dimensi *attachment-related anxiety* terhadap komitmen pada *emerging adulthood* yang sedang menjalin *long-distance relationship*?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah peneliti tuliskan pada poin sebelumnya, maka tujuan penelitian pada penelitian ini adalah:

- 1) Melihat apakah terdapat pengaruh dimensi *attachment-related avoidance* terhadap komitmen pada *emerging adulthood* yang sedang menjalin *long-distance relationship*.
- 2) Melihat apakah terdapat pengaruh dimensi *attachment-related anxiety* terhadap komitmen pada *emerging adulthood* yang sedang menjalin *long-distance relationship*.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

- 1) Memberikan sumbangsih ilmu, khususnya pada bidang Psikologi Perkembangan.
- 2) Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang tertarik dengan fenomena *long-distance relationship* pada *emerging adulthood*.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Memberikan gambaran dan wawasan kepada *emerging adulthood* yang sedang menjalin *long-distance relationship* mengenai pengaruh *attachment* terhadap komitmen sehingga mereka yang membaca mampu memahami lebih dalam mengenai pengaruh *attachment* yang dimiliki terhadap komitmen di dalam hubungan.
- 2) Memberikan informasi kepada pembaca yang sedang menjalin *long-distance relationship* agar dapat menjadi lebih *aware* mengenai kecenderungan dimensi (yang lebih tinggi) yang dimiliki dalam mempersiapkan diri dan mengetahui cara yang tepat di dalam menjaga komitmen di dalam hubungan yang sedang dijalin.
- 3) Memberikan informasi atau pertimbangan bagi praktisi psikologi (seperti konselor) yang sedang atau akan menangani klien yang memiliki permasalahan *long-distance relationship* dengan pasangannya terkait *attachment* yang dimiliki dan komitmen.