

**“KETIKA BERJAUHAN ADALAH SEBUAH PILIHAN”
Studi Fenomenologi Pengalaman Istri Pelaut yang Menjalani
Pernikahan Jarak Jauh (*Long Distance Marriage*)**

Inggit Supatmi, Achmad Mujab Masykur

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

inggit.supatmi@gmail.com; akungpsiundip@yahoo.com

Abstrak

Pernikahan jarak jauh merupakan kondisi ketika pasangan yang telah menikah memiliki kesepakatan untuk hidup terpisah karena alasan tertentu, seperti karena pekerjaan atau pendidikan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dan memahami pengalaman istri pelaut dalam menjalani pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*). Penelitian ini merupakan penelitian fenomenologi dengan metode analisis *interpretative phenomenological analysis* (IPA). Penelitian dilakukan dengan metode pengambilan data wawancara mendalam. Partisipan penelitian berjumlah empat orang yang dipilih menggunakan metode *purposive*. Hasil penelitian ditemukan bahwa awal menjalani pernikahan jarak jauh memunculkan perasaan sedih dan kesepian pada subjek, namun lamanya menjalani hubungan jarak jauh membuat subjek semakin memahami kondisi tersebut sehingga dapat mengatasi berbagai permasalahan yang muncul, seperti masalah pengasuhan anak, komunikasi, dan pembagian peran. Berbagai permasalahan dalam pernikahan jarak jauh menuntut subjek melakukan upaya untuk mempertahankan keharmonisan rumah tangga. Selain adanya permasalahan, menjalani pernikahan jarak jauh juga memunculkan dampak positif, seperti kemandirian, rasa syukur, dan adanya dukungan dari keluarga.

Kata kunci: pernikahan jarak jauh, pengalaman, istri pelaut

Abstract

Long distance marriage is a condition when married couples accept the deal to live separately for certain reasons, such as profession or education. The aim of this research are to perceive and understand the wife's experience of the sailor's on facing long distance marriage. It is a phenomenology research that use Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) methods and in-depth interview data retrieval methods. The four participants are selected by using purposive methods. As the result, at the beginning of this long distance marriage show some feelings like sadness and loneliness toward subjects. Nonetheless by the time flows, all the subjects understands the concepts of enjoying long distance marriage. They can overcome emerged problems, such as how to take care their children, communications, and switching roles. These problems of long distance marriage insist the subject to make sure their marriage are harmonious. Despite of the problems, long distance marriage brings good impacts such as independence, goodness, and support from their family.

Keywords: long distance marriage, experience, sailor's wife

PENDAHULUAN

Masa dewasa awal merupakan tahap perkembangan yang dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun (Hurlock, 2016). Menurut Havighurst (dalam Dariyo, 2004) terdapat beberapa tugas perkembangan masa dewasa awal yaitu mulai bekerja, memilih pasangan, belajar hidup dengan tunangan, mulai membina keluarga, mengasuh anak, dan mengelola rumah tangga. Tugas untuk mencari dan memilih pasangan sampai memutuskan untuk menikah umumnya merupakan tugas perkembangan yang sangat penting pada masa dewasa awal. Sebelum individu memutuskan menikah diperlukan perencanaan yang matang dalam mempersiapkan segala sesuatu untuk membentuk keluarga baru seperti kesiapan fisik, mental bahkan kesiapan sosial dan ekonomi.

Olson (dalam Rachmawati & Mastuti, 2013) menjelaskan bahwa pernikahan adalah sebuah komitmen legal dengan ikatan emosional antara dua orang untuk saling berbagi keintiman fisik dan emosional, berbagi tanggung jawab, dan sumber pendapatan. Pernikahan terjadi ketika dua individu berbeda jenis kelamin melakukan perjanjian untuk bersama, bertanggung jawab, dan menjaga komitmen.

Setelah menikah, pasangan suami istri umumnya menginginkan bisa tinggal bersama dalam satu rumah, namun ada beberapa keluarga yang tidak dapat tinggal bersama karena berbagai macam hal. Di Indonesia, dapat kita jumpai pasangan suami istri yang setelah menikah namun tidak tinggal bersama yang sering disebut menjalani pernikahan jarak jauh, seperti pasangan yang suaminya bekerja menjadi pelaut. Menurut Ferk (dalam Li, Roslan, Abdullah & Abdullah, 2015) penyebab terjadinya pernikahan jarak jauh adalah faktor pekerjaan dengan pertimbangan untuk meningkatkan kehidupan keluarga, mempertahankan karir, pendapatan berpotensi lebih tinggi dan peluang lebih baik untuk kemajuan karir.

Pilihan untuk menjalani pernikahan jarak jauh karena alasan pekerjaan dapat memunculkan kondisi yang mengganggu hubungan romantik antarpasangan karena harus berpisah baik fisik, jarak dan waktu. Hal inilah yang sering kali menghambat komunikasi karena lokasi yang berbeda apalagi lintas negara, sehingga komunikasi tidak lancar. Menurut Surya (dalam Dewi & Sudhana, 2013) kurangnya komunikasi antara pasangan suami istri dapat menimbulkan rasa tidak percaya dan pikiran-pikiran negatif yang mengakibatkan adanya kesalahpahaman hingga menimbulkan konflik. Komunikasi menjadi hal yang sangat penting dalam setiap tahap hubungan, komunikasi yang baik merupakan gambaran dari hubungan yang berhasil.

Menurut Rachmawati & Mastuti (2013) pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh akan menghadapi masalah yang berbeda bahkan lebih kompleks dibandingkan dengan pasangan suami istri yang tinggal bersama. Lebih utama pada masalah komunikasi antar pasangan karena tidak tinggal satu rumah. Selain masalah komunikasi, terdapat juga masalah seperti kurangnya dukungan ketika membuat suatu keputusan yang besar, kelelahan terhadap peran, pekerjaan yang mengganggu waktu untuk bersama, kurangnya kebersamaan, dan kurangnya kekuatan ego.

Menjalani pernikahan jarak jauh membuat seorang istri memiliki beban dan tanggung jawab hampir sama dengan orangtua tunggal atau *single parent* (Margiani & Ekayati, 2013). Ketika suami belayar, istri harus bisa mengurus urusan rumah tangga dan mengasuh anak seorang diri. Idealnya dalam pernikahan sepasang suami istri tinggal bersama dalam satu rumah. Jika suami bekerja, pekerjaan tersebut seharusnya tidak membuat jarak bagi pasangan suami istri untuk tetap mengasuh anak bersama-sama, serta saling berbagi peran dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangga dan aktivitas lainnya. Selain hal tersebut, terdapat pula masalah komunikasi yang mungkin tidak lancar karena lokasi yang berbeda dan lintas negara. Oleh karena beberapa masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana pengalaman seorang istri pelaut yang menjalani pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*) dengan suami yang berlayar di luar negeri.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian fenomenologi digunakan untuk mencari makna psikologis dari pengalaman individu terhadap suatu kejadian yang dialaminya melalui penelitian mendalam terhadap kehidupan subjek dengan pengambilan data menggunakan wawancara mendalam (*in-depth interview*). Partisipan penelitian berjumlah empat orang yang dipilih menggunakan metode *purposive*. Analisis data penelitian ini

menggunakan teknik *interpretative phenomenological analysis* (IPA) untuk mengetahui perspektif subjek penelitian terhadap peristiwa yang dialaminya (Smith, 2009).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), peneliti menemukan dua tema induk yang menjadi fokus dari pengalaman istri pelaut yang menjalani pernikahan jarak jauh. Tabel 1 merupakan rangkuman tema induk dan tema superordinat dari keempat subjek.

Tabel 1.

Tema induk dan tema super-ordinat

Tema Induk	Tema Super-ordinat
Dinamika istri pelaut	<ul style="list-style-type: none">▪ Pertimbangan▪ Konsekuensi▪ <i>Problem solving</i>▪ Dampak positif▪ Relasi sosial▪ Aktivitas bersama▪ Mempertahankan pernikahan▪ Harapan
Problematika istri pelaut	<ul style="list-style-type: none">▪ Pengasuhan▪ Komunikasi▪ Pembagian peran

Pembahasan pada penelitian ini berfokus pada dua tema, yaitu: (1) dinamika istri pelaut, dan (2) problematika istri pelaut, yang akan dibahas menggunakan teori-teori psikologi disertai dengan hasil analisis wawancara. Berikut pembahasannya:

Dinamika istri pelaut: Keputusan individu untuk menikah merupakan keputusan yang berat karena dibutuhkan kesiapan dalam segala hal, baik secara psikologis maupun fisiologis (Kertamuda, 2009). Menjalani pernikahan jarak jauh tentu bukanlah hal yang mudah, karena pasangan tersebut harus menghadapi berbagai permasalahan baru seperti masalah mengenai hubungan kedekatan dan pengasuhan. Sejak awal H, V, dan U sudah mengetahui profesi suami sebagai pelaut, sedangkan S baru menjalani pernikahan jarak jauh setelah 2 tahun menikah dengan suami. Lamanya menjalin hubungan membuat subjek memiliki pengalaman menjalani hubungan jarak jauh dan lebih memahami karakter pasangan.

Ketika individu memutuskan menikah berarti individu tersebut harus siap dengan resiko dan kekurangan pasangan (Jannah, 2008). Menjalani pernikahan jarak jauh dengan pelaut membuat keempat subjek harus menerima kenyataan bahwa suami mereka tidak setiap saat hadir dalam kegiatan subjek. Awal-awal menjalani pernikahan jarak jauh, keempat subjek merasakan kesedihan. Namun seiring berjalannya waktu, keempat subjek semakin memahami kondisi dan berbagai situasi saat menjalani pernikahan jarak jauh.

Kebutuhan seks merupakan salah satu hal penting dalam pernikahan. Bagi pasangan yang tinggal bersama, seks dapat dilakukan kapan saja. Hal tersebut akan berbeda bila pasangan harus tinggal berjauhan karena alasan tertentu, seperti yang terjadi pada pasangan pernikahan jarak jauh. Karena jarang bertemu, pemenuhan kebutuhan seks dapat menjadi salah satu masalah dalam pernikahan

jarak jauh (Dewi, 2013). Kondisi tersebut menjadi permasalahan yang harus diatasi keempat subjek dengan menemukan cara penyaluran yang tepat dan sesuai dengan minat dan hobi pribadi agar tidak menimbulkan dampak negatif melainkan menimbulkan nilai kepuasan yang cukup (Gunarsa, 2012).

Pernikahan jarak jauh merupakan sebuah periode kehidupan yang bukan berarti tanpa resiko. Kondisi tersebut menghadirkan problematika atau permasalahan tersendiri, namun juga terdapat hikmah atau hal-hal positif lainnya dari keputusan yang dilalui sebuah pasangan/keluarga. Dengan menjalani pernikahan jarak jauh menjadikan keempat subjek lebih mandiri dalam mengurus rumah tangga tanpa kehadiran suami. Kemandirian dalam pernikahan jarak jauh diartikan sebagai kedewasaan dalam berpikir dan bertindak (Dewi, 2013). Selain menjadikan mandiri pernikahan jarak jauh juga membuat subjek selalu mesyukuri keadaan, dan lebih baik dalam mengatur keuangan keluarga.

Menurut Gunarsa (2012) pernikahan merupakan dua orang menjadi satu kesatuan yang saling berdampingan dan membutuhkan dukungan serta saling melayani yang diwujudkan dalam hidup berbagi (*share living*). Keempat subjek memberikan dukungan (*support*) sepenuhnya terhadap profesi suami, terutama saat berlayar karena suami bekerja juga untuk keluarga. Bila suaminya *down* karena pekerjaan, subjek akan memberikan dukungan, semangat, dan kekuatan kepada suami agar bisa kembali semangat dalam bekerja. Selama menjalani pernikahan jarak jauh keempat suami subjek juga memberikan dukungan kepada subjek dalam menjalani dan mengurus rumah tangga tanpa kehadiran suami. Hasil penelitian yang dilakukan Suriyasam (dalam Margiani & Ekayati, 2013) menunjukkan bahwa dukungan suami merupakan faktor penting yang dapat mengurangi stres. Dalam pernikahan jarak jauh, suami istri tinggal di tempat yang berbeda sehingga membutuhkan dukungan lingkungan keluarga atau sosialnya. Peneliti menemukan bahwa keempat subjek mendapatkan dukungan penuh dari keluarga. Setelah menikah hubungan keempat subjek dengan keluarga masih terjalin dengan baik. Menjalani pernikahan jarak jauh membuat mereka semakin dekat dengan keluarga. Kehadiran keluarga sangat membantu subjek dalam mengatasi berbagai permasalahan yang terjadi saat suami berlayar.

Pernikahan jarak jauh membuat pasangan tidak memiliki banyak waktu untuk bersama pasangannya. Peneliti menemukan beragam cara yang dilakukan keempat subjek dalam memanfaatkan waktu kepulangan suami dengan melakukan aktivitas bersama keluarga. Menurut Gerstel & Gross (dalam Marini & Julinda, 2010) pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh dapat membuat pasangan merasa kaku dan aneh ketika menghabiskan waktu bersama karena jarang bertemu. Bagi H, kepulangan suami dimanfaatkan semaksimal mungkin untuk meningkatkan kedekatan dengan keluarga, seperti mengunjungi rumah orangtua suami (mertua) dan menghabiskan waktu untuk mengasuh anak.

Menjalani pernikahan jarak jauh membuat keempat subjek memiliki komitmen untuk saling percaya terhadap pasangan. Menurut Wijono (dalam Itryah, 2009) kepercayaan adalah perasaan saling percaya tanpa menaruh kecurigaan. Kepercayaan dapat membantu tercapainya tujuan komunikasi yang meyakinkan dan dapat dipercaya sehingga membuat pasangan lebih tenang dalam menjalankan aktivitas masing-masing dan solid membangun rumah tangga. Salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan pernikahan adalah adanya komitmen (Papalia, dkk., 2009). Menurut Olson dan DeFrain (dalam Kertamuda, 2009) komitmen mengandung beberapa nilai-nilai didalamnya, yaitu kepercayaan, kejujuran, dapat dipercaya, dan setia.

Memutuskan menikah dengan pelaut berarti harus siap juga untuk menerima konsekuensinya. Menurut Seligman (dalam Mangunsong, 2011) penerimaan merupakan tahap seseorang berada pada titik pasrah dan mencoba untuk menerima keadaan dengan tenang. Peneliti menemukan bahwa keempat subjek penelitian menerima dan memahami kondisi bagaimana menjalani

pernikahan jarak jauh dengan pelaut. Sternberg (2009) menyatakan kedekatan hubungan pasangan suami istri muncul karena adanya kejujuran dan keterbukaan terhadap pasangan. Begitu pun dengan keempat subjek selalu menceritakan segala sesuatu yang dialaminya kepada suami secara jujur tanpa ada yang ditutupi, suami subjek pun juga selalu bercerita apapun yang dialami selama berjauhan dengan pasangan, seperti jika ada permasalahan dengan teman kerja suami subjek selalu bercerita ke subjek.

Pernikahan, tentu didalamnya terdapat harapan-harapan keluarga yang ingin dicapai bersama. Harapan merupakan sesuatu yang ingin diraih dalam hubungan suami istri dan rumah tangga (Dewi, 2013). Hal ini sesuai dengan hasil dari keempat subjek yang memiliki harapan untuk dapat berkumpul kembali bersama dengan suami.

Problematika istri pelaut: Menjalani pernikahan jarak jauh dapat memunculkan problematika atau permasalahan tersendiri, seperti permasalahan dalam pengasuhan, komunikasi dan pembagian peran. Menjalani pernikahan jarak jauh menjadikan keempat subjek mandiri dalam menangani segala urusan rumah tangga terutama dalam pengasuhan anak. Profesi pelaut membuat suami subjek sedikit waktu berada di rumah sehingga tidak bisa terlibat langsung dalam pengasuhan anak. Memahami kondisi tersebut, sebisa mungkin subjek mengenalkan profesi ayah kepada sang anak yang masih kecil agar anak mengenal ayahnya meskipun secara fisik berjauhan.

Profesi pelaut membuat suami berjauhan secara fisik dengan anak, keadaan tersebut membuat keempat subjek merasa sedih dan kasian dengan anak sehingga subjek selalu berusaha membangun kedekatan ayah dengan anak melalui komunikasi. Ketika komunikasi, subjek melibatkan anak dalam kegiatan ayahnya agar anak terbiasa dengan kehadiran ayah ketika berlayar. Saat suami di rumah, subjek melibatkan suami secara langsung untuk mengasuh anak. Pernikahan jarak jauh membuat kedekatan keempat subjek dengan anak berjalan dengan baik. Menurut Paulson, Hill & Hombeck (dalam Lestari, 2016) kedekatan merupakan aspek penting dalam kehangatan sebagai prediksi kepuasan dalam pengasuhan dan keterlibatan anak dalam aktivitas keluarga.

Menjalani pernikahan jarak jauh menghadirkan permasalahan dalam komunikasi karena mereka dihadapkan pada tantangan jarak dan waktu yang berbeda. Kendala utama yang dirasakan keempat subjek dalam komunikasi adalah terkait sinyal, karena suami bekerja di lautan maka sangat sulit mendapatkan sinyal untuk komunikasi. Hal tersebut membuat komunikasi keempat subjek dengan suami tidak selalu lancar. Bahkan keempat subjek merasakan tidak bisa berkomunikasi sehari-hari dengan suami, sehingga subjek selalu memanfaatkan waktu dengan maksimal ketika komunikasi dengan suami. Dalam komunikasi subjek dan suami lebih banyak membahas tentang anak, saling menanyakan kabar dan kegiatan masing-masing. Profesi suami yang berlayar di luar negeri memunculkan permasalahan baru, selain masalah jarak juga terdapat masalah perbedaan waktu. Terkait perbedaan waktu antara dua lokasi, maka subjek harus memahami perbedaan tersebut karena hal tersebut berdampak pada kebiasaan komunikasi dan pengaturan jadwal masing-masing. Hal tersebut membuat keempat subjek harus memahami dan menyesuaikan waktu komunikasi dengan suami. Olson dan DeFrain (dalam Kertamuda, 2009) mengemukakan bahwa komunikasi yang positif dalam keluarga dapat ditunjukkan dengan saling berbagi perasaan (*sharing*), memberikan pujian dan dukungan, berkompromi, saling menghargai perbedaan pendapat, serta menghindari sikap saling menyalahkan.

Menjalani pernikahan jarak jauh membuat keempat subjek menjalankan peran dalam keluarga seperti konsep pernikahan tradisional, yaitu istri bertanggung jawab atas segala urusan rumah tangga termasuk pengasuhan anak, sedangkan suami bertugas untuk mencari nafkah (Lestari, 2016). Profesi pelaut membuat suami subjek sedikit waktu berada di rumah sehingga subjek harus

bisa berperan ganda dalam mengurus rumah tangga. Ketika suami subjek di rumah, subjek dan suami membagi tugas seperti ketika subjek memasak, maka suami membantu mengasuh anak.

KESIMPULAN

Adanya kesiapan menjadi istri pelaut membantu subjek lebih mudah untuk menyesuaikan diri dalam pernikahannya. Lamanya menjalani hubungan jarak jauh membuat subjek terbiasa dengan keadaan yang mengharuskan mereka berjauhan dari pasangan. Pada awal-awal menjalani pernikahan jarak jauh, subjek merasa sedih dan kesepian karena tidak adanya kehadiran suami. Subjek mengatasi hal tersebut dengan cara mencari hiburan, mengasuh anak, pergi ke rumah orangtua, dan berkumpul dengan teman. Menjalani pernikahan jarak jauh dengan pelaut memberikan dampak positif bagi subjek, yaitu: memiliki lebih banyak waktu dengan keluarga dan teman, terpenuhinya kebutuhan finansial keluarga, lebih baik dalam mengatur keuangan, dan mandiri dalam mengurus urusan rumah tangga. Namun di sisi lain pernikahan jarak jauh juga memunculkan berbagai permasalahan dalam pengasuhan anak dan komunikasi tidak selalu lancar. Ketika memutuskan untuk menjalani pernikahan jarak jauh, maka diperlukan upaya untuk menjaga keutuhan rumah tangga seperti menjaga keharmonisan dengan memanfaatkan waktu bersama keluarga, saling memahami, dan menjaga intensitas komunikasi yang jujur dan terbuka. Selain itu, menikah dengan pelaut membuat subjek untuk menerima konsekuensi profesi tersebut dengan penuh rasa syukur.

DAFTAR PUSTAKA

- Dariyo, A. (2004). *Psikologi perkembangan dewasa muda*. Jakarta: Grasindo
- Dewi, N. R., & Sudhana, H. (2013). Hubungan antara komunikasi interpersonal pasutri dengan keharmonisan dalam pernikahan. *Jurnal Psikologi Udayana*, vol. 1, no. 1, hal 22-31
- Gunarsa, Y. S. D. (2012). *Asas-asas psikologi keluarga idaman*. Jakarta: Gunung Mulia
- Hurlock, B. E. (2006). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Itryah. (2009). Hubungan antara kepercayaan antar pasangan dan lamanya usia perkawinan dengan penyesuaian perkawinan. *Jurnal Ilmiah Psyche*, vol. 3, no. 1, hal 33-41
- Jannah, I. (2008). *Psiko-harmoni rumah tangga*. Surakarta: Indivia Pustaka
- Kertamuda, E. F. (2009). *Konseling pernikahan untuk keluarga indonesia*. Jakarta: Salemba Humanika
- Lestari, S. (2016). *Psikologi keluarga: Penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Mangunsong, F. (2011). *Psikologi dan pendidikan anak berkebutuhan khusus*. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) Kampus Baru UI
- Margiani, K., & Ekayati, N. (2013). Stres, dukungan keluarga dan agresivitas pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. *Jurnal Psikologi Indonesia*, vol. 2, no. 3, hal 191-198
- Marini, L., & Julinda. (2010). Gambaran kepuasan pernikahan istri pada pasangan sommuter marriage. *Jurnal Ilmiah Psikologi Universitas Sumatra Utara*

- Papalia, D. E., Olds, S. W & Feldman, R. D. (2009). *Human development: Perkembangan manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Rachmawati, D & Mastuti, E. (2013). Perbedaan tingkat kepuasan perkawinan ditinjau dari tingkat penyesuaian perkawinan pada istri brigif 1 marinir TNI-AL menjalani *long distance marriage*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, vol. 02, no. 01, hal 1-8
- Smith, A. J. (2009). *Psikologi kualitatif: Panduan praktis metode riset*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Sternberg, R. J. (2010) *Cupid arrow: Konsepsi cinta dari zaman ke zaman*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar