

Manajemen Konflik Pasangan Suami Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh Lintas Negara

Annisa Qonita Andini, Turnomo Rahardjo, Lintang Ratri Rahmiaji

annisaqonitaandini@gmail.com

Program Studi S1 Ilmu Komunikasi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro

Jl. Prof Soedarto, S.H., Tembalang, Semarang. Kode Pos 50275. Telepon (024) 7460036

ABSTRACT

Long distance marriage is prone to triggering more complex problems if compared to marriages entered into in the same or close geographical conditions or distance. Especially for married couples who are in long distance marriage that crossing the countries, it will certainly be more complicated because it will impact the intensity and quality of communication between the two, considering that there are differences in time zones and the activities that each of them had. Particularly for couples who have just entered the first 0-5 years of marriage, this condition adds risk to the complexity of the conflicts that occur. This research aims to describe in depth how conflict management strategies are carried out by married couples who are in long distance marriage across countries using Conflict Mode Instrument Theory as the main theory, as well as The Interactional View and Relational Dialectics Theory as supporting theories. This research uses a qualitative method with a phenomenological approach and interpretive paradigm, while the data collection technique used is in-depth interviews.

The results of this research showed that the conflict management of long-distance married couples is basically the same as that of live-in couples, but there are differences in the conflict escalation which is greater and more complex. In this study, 2 (two) types of responses were found that emerged during the initial conflict, namely silence and efforts to open up. It can also be seen that all couples seek conflict management with collaboration and compromise, although at the beginning of the conflict there was a temporary avoidance attitude by some informants which then made things worse. The challenges that arise in conflict management efforts are caused by 3 (three) main things, namely the difference in time zones, the husband's busy schedule, and technical signal disruptions that affect the intensity and quality of communication between spouses. Limitations in the distribution of affection and biological needs are also a challenge for couples and it is not uncommon for this to trigger conflict. There are 2 (two) effects of the presence of conflict felt by couples, namely being able to introspect themselves and understand each other better. However, these results only apply in this study and are not necessarily the same as the experiences of other couples in general because differences in couples' responses and conflict management are influenced by internal factors (character) and external (time, opportunity, conditions).

Keywords: Conflict Management, Long Distance Marriage, Cross Countries Relationships, Married Couple, Long Distance Conflict

ABSTRAKSI

Pernikahan jarak jauh rawan memicu masalah yang lebih kompleks bila dibandingkan dengan pernikahan yang dijalin dalam satu kondisi atau jarak geografis yang sama atau berdekatan. Terlebih bagi pasangan suami istri yang menjalani pernikahan jarak jauh beda negara, tentu akan lebih rumit

sebab akan berimbang pada intensitas dan kualitas komunikasi di antara keduanya, mengingat terdapat perbedaan zona waktu dan aktivitas yang dimiliki masing-masing. Terutama bagi pasangan yang baru menapaki usia 0-5 tahun pertama pernikahan, kondisi jarak jauh demikian beresiko menambah peluangnya konflik yang terjadi. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan secara mendalam mengenai manajemen konflik pasangan pernikahan jarak jauh lintas negara dengan menggunakan *Conflict Mode Instrument Theory* sebagai teori utama, serta *The Interactional View* dan *Relational Dialectics Theory* sebagai teori pendukung. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan paradigma interpretif, sementara teknik pengumpulan data yang digunakan yakni wawancara mendalam.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen konflik pasangan pernikahan jarak jauh pada dasarnya sama seperti pasangan secepat, tetapi terdapat perbedaan pada eskalasi konfliknya yang lebih besar dan kompleks. Pada penelitian ini, ditemukan 2 (dua) jenis respons yang muncul saat terjadi awal konflik, yakni pendiaman dan upaya membuka diri. Dapat dilihat pula bahwa semua pasangan mengupayakan manajemen konflik dengan kolaborasi dan kompromi, meskipun pada awal muncul konflik ditemukan sikap penghindaran sementara oleh sebagian informan yang kemudian memperburuk keadaan. Tantangan yang muncul dalam upaya manajemen konflik disebabkan oleh 3 (tiga) hal utama, yakni perbedaan zona waktu, kesibukan yang dimiliki suami, dan gangguan teknis sinyal yang berimbang pada intensitas dan kualitas komunikasi pasangan. Keterbatasan dalam penyaluran kebutuhan afeksi dan biologis juga menjadi tantangan bagi pasangan dan tak jarang hal tersebut memicu konflik. Terdapat 2 (dua) pengaruh hadirnya konflik yang dirasakan pasangan, yakni dapat saling introspeksi diri dan lebih memahami satu sama lain. Akan tetapi, hasil ini hanya berlaku dalam penelitian ini dan belum tentu sama dengan pengalaman pasangan lain secara umum sebab perbedaan respons dan manajemen konflik pasangan dipengaruhi oleh faktor internal diri (karakter) dan eksternal (waktu, kesempatan, kondisi).

Kata Kunci: Manajemen Konflik, Pernikahan Jarak Jauh, Hubungan Lintas Negara, Pasangan Suami Istri, Konflik Jarak Jauh

PENDAHULUAN

Pernikahan jarak jauh atau kerap disebut dengan istilah *long distance marriage* (LDM) terjadi bilamana pasangan suami istri dipisahkan oleh jarak atau ruang yang mengakibatkan tidak adanya kedekatan secara fisik dalam suatu periode masa tertentu. Hubungan jarak jauh relatif lebih rentan memunculkan konflik serta rentan pula saling menyakiti satu sama lain secara emosional atau psikologis (Peterson, 2014: 128). Dalam kondisi seperti ini, kesempatan berkomunikasi yang terbilang terbatas sering kali menimbulkan kesalahan persepsi dari masing-

masing individu yang sekaligus merupakan tantangan dalam menjalani hubungan. Terutama bagi para pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh lintas negara atau beda negara, tentu akan lebih rawan mengalami konflik beserta tantangan lain yang harus dihadapi dan diselesaikan. Mengingat tidak hanya jarak saja yang menjadi hambatan, melainkan perbedaan kesibukan lain yang tengah dikerjakan juga turut berpengaruh terhadap komunikasi pasangan.

Gross dalam Amanah (2015: 2) mengemukakan temuan bahwa pasangan jarak jauh mengaku memiliki dampak

emosional sebab kehilangan *daily intimacy* yang kemudian memicu munculnya konflik dalam pernikahan. Disebutkan pula bahwa pasangan dengan kondisi seperti ini memiliki resiko perceraian 40% lebih tinggi dibanding pasangan pada umumnya yang menghabiskan waktu bersama secara fisik, terlebih di tahun-tahun awal per-nikahan jarak jauh yang dianggap sebagai masa paling berat. Penelitian oleh Lavner dan Bradbury (2016) menggambarkan bahwa usia pernikahan di bawah 5 (lima) tahun merupakan masa-masa sulit di mana pasangan suami-istri cenderung lebih sering mengalami pertengkaran dalam rumah tangganya.

Pasangan kekasih yang memutuskan melangkah ke jenjang pernikahan tentu mendambakan rumah tangga yang harmonis. Pernikahan merupakan tahapan hubungan interpersonal yang paling sederhana, sebab dilakukan secara intens dan intim oleh dua individu yang sifatnya terus-menerus sepanjang ikatan berlangsung. Idealnya pasangan suami istri tinggal bersama dan menjalankan fungsi dan peran sebagaimana mestinya. Akan tetapi, ada kondisi tertentu yang membuat mereka terpaksa berjarak secara fisik atau geografis, misalnya karena tuntutan tugas pekerjaan. Akibatnya yakni kondisi menjadi berbeda, begitu pula dengan pola komunikasi yang dijalankan.

Dalam perjalanan pernikahan, tentu tidak hanya hal mulus saja yang dialami,

melainkan terkadang konflik turut hadir. Proses terjadinya konflik dapat dilihat dari faktor yang mendorong munculnya konflik, di antaranya memburuknya komunikasi antara individu yang terlibat. Konflik tidak melulu dimaknai negatif. Terkadang hadirnya konflik dalam rumah tangga dapat menjadi pelajaran bersama bagi pasangan suami-istri untuk terus bertumbuh menuju ke arah yang lebih baik. Namun, konflik antara suami dan istri dapat menjadi dilematis apabila tidak diselesaikan dengan cara yang baik dan tepat, terlebih pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh, mengingat hubungan pernikahan yang diharapkan dapat bertahan selamanya atau seumur hidup. Hal ini sejalan dengan pemaparan Fuller dalam Wakhidah (2020: 27) bahwa pasangan yang hidup tanpa keterlibatan fungsi dan peran suami istri dan tidak adanya dukungan emosional secara teratur dan berkelanjutan akan mengakibatkan potensi lebih banyak konflik mengenai peran serta tekanan psikologis yang lebih besar.

Sejatinya pasangan suami istri menjalani proses adaptasi yang berkelanjutan sepanjang usia pernikahan. Perubahan status dan peran dari yang semula lajang menjadi menikah merupakan suatu fase baru yang tentu dialami oleh para pasangan suami istri, terutama pada tahun-tahun awal pernikahan. Hal ini sejalan dengan temuan pada penelitian Lavner dan Bradbury (2016) yang menyebutkan bahwa usia pernikahan 0-5 tahun pertama merupakan masa-masa sulit di mana sering

kali terjadi pertengkaran dalam rumah tangga. Dua individu dengan sifat, karakter, dan latar belakang yang berbeda mengharuskan mereka untuk terus saling mengerti dan memahami satu sama lain.

Hubungan pernikahan jarak jauh rawan memicu masalah yang lebih kompleks bila dibandingkan dengan hubungan pernikahan yang dijalin dalam satu kondisi atau jarak geografis yang sama atau berdekatan. Terbatasnya cara maupun akses komunikasi membuat pasangan suami istri dengan keadaan seperti ini haruslah lebih memperhatikan komunikasi dalam hubungan mereka serta memikirkan betul bagaimana pengelolaan konflik yang tepat. Sebab kecanggihan teknologi komunikasi tetap tidak bisa menggantikan posisi komunikasi secara langsung atau tatap muka, ada ekspresi dan juga gestur yang tidak dapat tersampaikan sepenuhnya. Terlebih bagi pasangan suami istri yang menjalani hubungan pernikahan jarak jauh beda negara, tentu akan lebih rumit sebab akan berimbas pada intensitas dan kualitas komunikasi di antara keduanya, mengingat terdapat perbedaan aktivitas yang dimiliki masing-masing. Terutama bagi pasangan yang baru menapaki usia 0-5 tahun pertama pernikahan, kondisi jarak jauh demikian beresiko menambah peliknya konflik yang terjadi.

Makin marak pasangan dengan usia pernikahan di bawah 5 tahun yang menjalani *long distance marriage* beda negara karena

faktor pekerjaan, Pasangan yang seharusnya dapat tinggal bersama, terpaksa berjauhan untuk sementara waktu karena tuntutan kerja. Bahkan ada pula yang menjalani kondisi tersebut semenjak baru melangsungkan pernikahan dan mengakibatkan makin terpangkasnya waktu kebersamaan mereka. Hal ini memunculkan masalah-masalah baru yang dihadapi oleh pasangan dengan kondisi demikian, seperti memburuknya kualitas komunikasi, kesalahpahaman yang memanjang, dan bahkan dapat beresiko pada perpisahan. Oleh karenanya, dibutuhkan pengelolaan konflik yang baik dan tepat terutama bagi pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh beda negara.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan menggambarkan dan mendeskripsikan secara mendalam tentang bagaimana manajemen konflik yang dilakukan oleh pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh lintas negara.

KERANGKA TEORI

Paradigma Penelitian

Penelitian ini menggunakan paradigma interpretif untuk dapat melihat sudut pandang dari sisi yang berbeda serta guna melihat persoalan dengan berbagai aspek kebutuhan dari sisi subjek (Neuman, 2014: 97). Pendekatan fenomenologi digolongkan pada pendekatan yang bersifat subjektif atau interpretif yang memandang manusia sebagai

pelaku aktif dalam pengalaman yang terjadi di hidupnya (Mulyana, 2013: 87). Paradigma interpretif digunakan dalam penelitian ini guna melihat serta memaknai berbagai pengalaman yang dialami oleh pasangan suami istri yang menjalani pernikahan jarak jauh beda negara dalam melakukan pengelolaan konflik rumah tangga.

Conflict Mode Instrument Theory

Conflict Mode Instrument Theory dikembangkan oleh Kenneth W. Thomas dan Ralph H. Kilmann guna mengetahui bagaimana para individu berperilaku dan bersikap atas suatu konflik yang tengah terjadi dan melibatkan individu tersebut. Respons yang diberikan tentunya berbeda-beda pula. Thomas dan Kilmann mengamati dan mempelajari mengenai bagaimana individu bertindak mengelola konflik dalam kehidupan sehari-hari (Kilmann, 2023: 112).

Dalam Kilmann (2023: 124) disebutkan terdapat dua cara, yang kemudian disebut sebagai dua dimensi – yang menggambarkan perilaku individu ketika tengah berkonflik. Dimensi pertama yakni *assertiveness* yang menunjukkan bahwa terdapat ambisi kuat untuk memuaskan diri sendiri yang dapat dilihat dari prioritas atau peletakan kepentingan diri sendiri di atas kepentingan orang lain ketika terjadi konflik. Selanjutnya, dimensi kedua yakni *cooperativeness* yang menggambarkan adanya keinginan atau ambisi kuat untuk memuaskan pihak lain

dengan mengutamakan atau memprioritaskan kepentingan pihak lain tersebut di atas kepentingan sendiri. Paparan dua dimensi tersebut memunculkan adanya lima gaya manajemen konflik, antara lain.

1. *Competing*: bersifat asertif dan kooperatif. Pesaing berupaya memuaskan kemauan diri sendiri dengan mengorbankan pihak lain.
2. *Collaborating*: bersifat asertif dan kooperatif. Kolaborator mencari situasi win-win dengan cara mendengarkan dan juga mementingkan pihak lain.
3. *Compromising*: perantara dalam hal ketegasan dan kerja sama. Pihak yang berkompromi mencoba mencari penyelesaian dengan membuat kesepakatan bersama tetapi bisa jadi tidak dapat memenuhi kepuasan semua pihak.
4. *Avoiding*: bersifat asertif dan tidak kooperatif. Ada pihak yang berupaya menghindari konflik tanpa berusaha berkontribusi mencari penyelesaian. Penghindaran yang dilakukan bertujuan untuk meninggalkan keterlibatan konflik.
5. *Accommodating*: sikap yang tidak asertif dan kooperatif. Individu berusaha mengutamakan atau memprioritaskan kepentingan orang lain dengan mengorbankan kepentingannya sendiri.

The Interactional View

Paul Watzlawick percaya bahwa untuk memahami gerak-gerik tiap individu dalam

suatu sistem rumah tangga, tiap individu harus memastikan pola-pola komunikasi di antara seluruh anggotanya. Ia memandang komunikasi yang dilakukan anggota keluarga tentang hubungan mereka sebagai hal yang sangat penting. Dalam teori yang dikemukakan, ia menganggap hubungan rumah tangga yang retak karena konflik dapat kembali membaik bilamana individu-individu yang terlibat bersedia untuk berbincang satu sama lain mengenai pola komunikasi yang dimiliki dan yang seharusnya dijalankan (Griffin dkk., 2015: 165-167).

The Interactional View dikenal juga sebagai salah satu teori yang bersifat pragmatis karena memiliki ketergantungan pada suatu situasi atau kondisi tertentu yang tengah dihadapi. Miskomunikasi yang terjadi sangatlah rentan memicu kesalahpahaman yang kemudian akan berakibat pada munculnya konflik yang sama sekali tidak dikehendaki. Individu-individu yang terlibat komunikasi cenderung memiliki “bahasa” yang berbeda, meskipun mereka telah memiliki ikatan dan kedekatan khusus. Apabila ketika mereka berkomunikasi lalu terdapat hal yang tidak sesuai, kemungkinan terjadi kesalahpahaman akan lebih besar. Teori ini memiliki banyak implikasi dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam level komunikasi keluarga maupun rumah tangga. Meskipun memiliki ikatan yang resmi secara agama dan negara, pasangan suami-istri tetaplah merupakan dua individu berbeda yang tentunya juga tak luput

dari kesalahpahaman dan kerentanan konflik. Teori ini tergolong unik dan dianggap mampu menjelaskan mengapa hal tersebut dapat terjadi serta sarat akan nilai sebab interpretasinya sangat bergantung pada penafsiran yang bersifat independen.

Lebih lanjut dijelaskan oleh Watzlawick, di dalam suatu komunikasi terdapat *content* atau yang dapat dimaknai dengan isi pesan serta *relationship* yang dimaknai hubungan atau jalinan relasi. Pada konteks komunikasi pasangan suami-istri yang menjalani pernikahan jarak jauh beda negara, komunikasi yang dilakukan tidak sebatas menyampaikan dan menerima pesan semata, melainkan terdapat pula keintiman atau kedekatan secara emosional antarkeduanya. Sebuah hubungan bukanlah suatu hal yang simpel dan sederhana, tetapi sebuah hubungan merupakan suatu hal yang bersifat sangat kompleks. Hubungan yang berjalan baik dan mengandung kenyamanan bagi pihak yang terkait bergantung pada kedua belah pihak yang terlibat, bagaimana mereka mengelola komunikasi di antara mereka (Griffin dkk., 2015: 168). Pada penelitian ini, *The Interactional View* digunakan untuk mengetahui bagaimana pasangan suami-istri pelaku hubungan pernikahan jarak jauh lintas negara dalam upayanya menghadapi situasi dan kondisi yang mulai menunjukkan tanda-tanda adanya kesalahpahaman yang bahkan dapat berujung konflik antara mereka.

Relational Dialectics Theory

Berdasarkan penelitian Leslie Baxter dan Barbara Montgomery, *Relational Dialectics Theory* merupakan suatu teori yang menjelaskan bahwa suatu hubungan dalam hidup selalu identik dengan adanya ketegangan-ketegangan yang sifatnya berkelanjutan antara impuls atau rangsangan yang kontradiktif. Banyak perspektif atau sudut pandang yang kemudian saling menandingi antarindividu yang terlibat dalam tiap kontradiksi. Individu-individu yang terlibat dalam suatu relasi atau hubungan akan terus-menerus merasakan adanya dorongan maupun tarikan dari ekspektasi dan keinginan yang sebetulnya bertolak belakang baginya dalam menjali hubungan (West dan Turner, 2010: 202-203).

Asumsi utama yang terpenting dan menjadi dasar adanya *Relational Dialectics Theory* yakni mengenai pemikiran bahwa relasi atau hubungan bukan terdiri atas bagian-bagian yang bersifat linear, melainkan faktanya dalam relasi atau hubungan selalu terjadi fluktuasi karena adanya keinginan dan harapan yang bersifat kontradiktif atau bertolak belakang. Menurut Baxter dan Montgomery, frasa pengembangan hubungan dapat memunculkan konotasi mengenai progres atau kemajuan. Asumsi kedua yakni mengenai proses atau perubahan dalam suatu hubungan seiring dengan waktu dan sejalan dengan perbedaan atau kontradiksi yang terjadi di antara dua individu yang terlibat. Asumsi ketiga, menekankan pada perbedaan yang

bertolak belakang tak akan pernah bisa dihindari dan ketegangan-ketegangan akan terus datang silih berganti. Dalam teori ini, peran komunikasi sangat dibutuhkan untuk mengelola ketegangan yang bersumber dari tarikan maupun dorongan yang kemudian direpresentasikan oleh adanya dialektika yang mengonstruksi hidup dalam hubungan. Asumsi terakhir yakni secara khusus teori ini memiliki posisi yang dapat dikatakan paling utama pada komunikasi (West & Turner, 2010: 204).

Dalam konteks pasangan suami-istri yang menjalani pernikahan jarak jauh, tentu tak luput dari segala dinamika serta dialektika kehidupan rumah tangga. Adanya fluktuasi atau naik-turunnya hubungan merupakan hal yang wajar terjadi, sebab tiap individu dalam suatu pasangan tentu memiliki keinginan yang bisa jadi sifatnya kontradiktif satu sama lain. Ditambah lagi bagi pasangan jarak jauh, ada juga faktor-faktor lain di luar hal tersebut yang turut memberi pengaruh. Pada penelitian ini, *Relational Dialectics Theory* digunakan untuk memahami bagaimana suami dan istri pelaku hubungan jarak jauh mengelola ketegangan-ketegangan yang terjadi dalam komunikasi rumah tangga mereka, sehingga kemudian dapat menciptakan pembelajaran baru untuk memperbaiki dan memelihara hubungan ke depannya dengan lebih baik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi yang berfokus pada interpretasi pada dunia dan pengalaman manusia. *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) tak hanya mencoba menggabungkan dan menyatukan ide-ide pada kedua perspektif tersebut dengan menjabarkan proses bagaimana suatu realitas tersebut ada, melainkan juga mengakui bahwa hadirnya suatu realitas tentu tak dapat dilepaskan dari hasil pemaknaan atau interpretasi (Miller, 2018: 241). Atau dapat dikatakan bahwa fenomenologi merupakan jenis penelitian yang berupaya memandang, memahami, dan menjelaskan mengenai suatu peristiwa maupun fenomena tertentu yang memiliki keterkaitan dengan esensi pengalaman manusia dan kemudian diinterpretasikan secara subjektif.

Penelitian fenomenologi mengasumsikan individu secara aktif menginterpretasikan apa yang terjadi di sekelilingnya dan berupaya memahami dunia melalui pengalaman personal yang dialami. Fenomenologi berfokus pada pengalaman sadar dari individu yang mengetahui dan memandang fenomena sebagai suatu objek, peristiwa, maupun pengalaman. Proses interpretasi merupakan titik pusat dari pemikiran fenomenologi. Interpretasi merupakan proses aktif dalam menyusun makna dari sebuah pengalaman. Dalam fenomenologi, interpretasi benar-benar dibentuk dari apa yang nyata dialami seseorang (Littlejohn dkk., 2017: 110-111).

Subjek penelitian ini adalah pasangan suami istri pelaku hubungan pernikahan jarak jauh yang terpisah jarak geografis negara (beda negara) yang disebabkan oleh tuntutan tugas pekerjaan, dengan usia pernikahan 0-5 tahun. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengalaman Komunikasi dan Interaksi Pasangan Suami Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh Lintas Negara

Manusia cenderung menciptakan realitas mereka sendiri melalui interaksi dengan orang lain dan lingkungan. Dalam konteks penelitian ini, ketiga pasang informan baik suami maupun istri saling memaknai tuturan maupun sikap satu sama lain dengan persepsi masing-masing yang bersifat subjektif. Interaksi yang mereka lakukan melalui media komunikasi juga memengaruhi pembentukan realitas dan persepsi di kepala masing-masing. Pola komunikasi tertentu, seperti simbol, bahasa, dan tindakan, membentuk dasar interaksi manusia dan menciptakan pemahaman bersama tentang realitas. Dalam pernikahan jarak jauh beda negara, pasangan mengandalkan media untuk dapat berkomunikasi satu sama lain. Ketika mejalani hubungan jarak jauh sebelum melangsungkan pernikahan, ketiga pasang informan mengaku telah terbiasa menjalin komunikasi sehari-hari melalui perantara media. Kesibukan pekerjaan yang dimiliki oleh suami dari pasangan tidak

serta-merta menghilangkan komunikasi dengan pasangan mereka masing-masing. Walaupun demikian, pasangan sepakat bahwa adaptasi komunikasi jarak jauh setelah menikah dirasa sangat sulit, sebab kompleksitas hubungan rumah tangga di dalamnya. Komunikasi yang dilakukan melalui perantara media tidaklah sama dengan komunikasi yang dilakukan secara langsung atau tatap muka. Simbol maupun ciri bahasa yang digunakan informan pada pasangan juga membentuk persepsi bersama mengenai realitas yang ada. Namun, tak jarang terjadi ke-salahpahaman dalam memaknai pesan maupun tuturan yang disampaikan melalui media.

Terkait dengan rasa percaya dan komitmen dalam hubungan pasutri jarak jauh, terdapat beberapa relevansi yang dapat dilihat dari pengalaman pasangan informan. Pertama, berkaitan dengan transparansi dan keterbukaan. Salah satu fokus utama komunikasi efektif yakni membutuhkan transparansi dan keterbukaan yang tinggi antarindividu. Pasangan informan saling berbagi secara jujur tentang perasaan, kebutuhan, dan harapan mereka, sehingga memperkuat rasa percaya satu sama lain. Pasangan mengakui bahwa pernikahan jarak jauh dinilai lebih berat dijalani dibanding dengan hubungan jarak jauh semasa pacaran, sebab setelah menikah mereka merasakan adanya kedekatan batin satu sama lain. Kondisi berjauhan secara fisik membuat mereka secara sadar saling terbuka mengenai segala hal termasuk rutinitas sehari-hari yang

dijalani. Ketiga pasang informan benar-benar transparan menyampaikan hal apa pun pada pasangannya masing-masing. Pasangan pada penelitian ini juga sepakat bahwa keterbukaan dan kejujuran dapat meningkatkan rasa percaya mereka. Pasangan merasa bahwa mereka dapat mengandalkan satu sama lain untuk dukungan dan pemahaman secara emosional, bahkan ketika tidak bersama secara fisik. Komunikasi yang konsisten dan kuatnya kehadiran emosional pasangan informan melalui pesan teks, panggilan suara, maupun panggilan video membantu membangun dan memelihara rasa percaya satu sama lain.

Relevansi kedua yakni berkenaan dengan penghargaan terhadap komitmen yang menekankan pentingnya pola komunikasi memperkuat ikatan emosional pasangan. Ketika pasangan secara konsisten mendukung dan menghargai satu sama lain, maka dapat memperkuat rasa saling terhubung dan meningkatkan komitmen terhadap hubungan. Pasangan informan dengan teguh menjaga komitmen rumah tangga mereka, termasuk di situasi jarak jauh demikian.

Pasangan pernikahan jarak jauh sering menghadapi tantangan dan perubahan dalam pola komunikasi mereka. Terlebih bagi yang berjarak negara bahkan benua, adanya perbedaan zona waktu juga dapat memengaruhi pola komunikasi. Akan tetapi, penghargaan terhadap komitmen mendorong pasangan untuk tetap terhubung dan beradaptasi dengan perubahan situasi tanpa mengurangi kualitas

hubungan mereka secara signifikan, meskipun terkadang muncul masalah sebagai dampak dari perubahan pola tersebut. Pasangan suami istri pada penelitian ini sama-sama memiliki komunikasi terbuka tentang kesetiaan dan batasan dalam hubungan mereka, sehingga hal ini menciptakan fondasi yang kuat untuk rasa percaya dan komitmen yang berkelanjutan.

Dalam menjalin komunikasi dan interaksi jarak jauh terdapat hambatan yang terjadi, baik secara internal dari diri masing-masing maupun eksternal seperti gangguan teknis yang kemudian dapat memengaruhi interpretasi pesan satu sama lain. Pertama, hambatan proses – merupakan hambatan yang terjadi pada proses komunikasi itu sendiri. Pada kondisi pernikahan jarak jauh, pasangan tidak dapat berkomunikasi secara tatap muka. Mereka menggunakan media sebagai alat penyalur komunikasi. Akan tetapi, sering pula terjadi gangguan teknis sinyal yang mengakibatkan komunikasi menjadi terhambat.

Berikutnya hambatan semantik yang berkaitan dengan penggunaan kata-kata maupun tata bahasa berbeda antara pengirim dan penerima pesan, sehingga memunculkan interpretasi yang tidak sesuai dengan maksud awal. Ketidakstabilan sinyal yang dialami oleh pasangan membuat mereka lebih sering menghubungi istri menggunakan fitur pesan teks dibandingkan panggilan suara atau panggilan video. Pesan teks lebih rawan mengalami salah paham sebab ekspresi maupun gestur saat *chatting* tidak dapat dilihat dan justru hanya

digantikan dengan penggunaan emoji atau simbol gambar. Hal ini menyebabkan pesan cenderung dapat disalahartikan oleh penerima pesan dan terjadi miskomunikasi.

Pengalaman pasangan suami istri dalam menjalani pernikahan jarak jauh digambarkan sebagai sebuah perjalanan yang kompleks. Pengalaman yang dimiliki sebelumnya terkait dengan hubungan jarak jauh tidak membuat pasangan pada penelitian ini merasa benar-benar terbiasa dengan kondisi demikian. Meskipun memanfaatkan media, komunikasi dan interaksi jarak jauh yang dilakukan pasangan juga menemui hambatan karena adanya perbedaan kesibukan dan zona waktu. Berdasarkan analisis peneliti terhadap pengalaman komunikasi ketiga pasang informan, ditemukan hambatan utama yang mereka hadapi, yakni berkaitan dengan terbatasnya waktu yang dimiliki para suami pasangan serta perubahan zona waktu yang diakibatkan oleh mobilitas kapal yang melintas negara dan bahkan benua. Kondisi demikian sering kali menjadi salah satu hambatan komunikasi atau *physiological barrier* dalam proses penerimaan pesan. Hambatan tersebut tentu berpotensi menimbulkan miskomunikasi atau *bypassing*, yaitu pola miskomunikasi yang terjadi ketika terdapat perbedaan pemahaman terhadap makna suatu pesan dalam proses komunikasi (DeVito, 2016: 351). Secara keseluruhan, ketiga istri pasangan informan memiliki kesamaan pola karakter, yakni ingin mendapatkan perhatian penuh dan

waktu komunikasi yang lama dengan suaminya. Sementara suami para informan harus menjalani rutinitas yang berat dan melelahkan bagi mereka, sehingga waktu kebersamaan dengan istri menjadi berkurang. Hal tersebut yang menjadi faktor pemicu hambatan komunikasi karena perbedaan interpretasi makna pesan satu sama lain.

Watzlawick (dalam Griffin, 2015: 168) berpendapat bahwa pemahaman yang saling menguntungkan antara dua individu hanya dapat berfungsi apabila mereka mempunyai interpretasi yang sama. Begitu pula dengan West & Turner (2010: 204) yang menyebutkan bahwa motivasi utama di balik komunikasi adalah pemahaman. Komunikasi dikatakan gagal apabila individu yang terlibat sulit untuk memahami apa yang sedang dikomunikasikan (Asari dkk., 2023: 1-3). Dalam konteks penelitian ini, sepanjang menjalani pernikahan jarak jauh, pasangan sempat mengalami kegagalan dalam memahami maksud pesan satu sama lain. Menurut penuturan suami dari pasangan informan, sering kali salah paham tersebut bersumber dari mereka dikarenakan kurang fokus akibat kelelahan bekerja. Pada kondisi tertentu, terkadang emosi mereka tidak terlalu stabil untuk beberapa waktu, sehingga memunculkan gesekan dengan pasangan. Jarak secara fisik dapat menyebabkan ketidakamanan dan kekhawatiran dalam hubungan.

Dalam konteks penelitian ini, pasangan selalu menjalin komunikasi dan interaksi dengan pasangan masing-masing, meskipun

terdapat gangguan maupun hambatan yang terjadi. Hal ini sejalan dengan *The Interactional View* yang mengasumsikan bahwa hubungan rumah tangga yang retak dapat diperbaiki bila pihak-pihak yang terlibat mau untuk saling membuka diri dan mencari penyelesaian. Dalam teori tersebut juga dijabarkan mengenai hambatan-hambatan yang mungkin dapat terjadi pada individu yang terlibat ketika tengah berusaha memperbaiki jalinan komunikasi yang renggang. Dalam konteks penelitian ini, tidak semua pasangan informan dapat saling terbuka dengan pasangan masing-masing yang disebabkan oleh salah satu faktor eksternal yang kemudian memengaruhi diri mereka.

2. Pengelolaan Dialektika Rumah Tangga pada Pasangan Suami Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh Lintas Negara

Pada konteks penelitian ini, dalam menjalani pernikahan jarak jauh, pasangan mengalami adanya fluktuasi hubungan yang disebabkan oleh perbedaan keinginan dan harapan satu sama lain. Pada penelitian ini, tampak pula proses atau perubahan dalam hubungan rumah tangga informan seiring dengan waktu dan sejalan dengan perbedaan atau kontradiksi yang terjadi di antara dua individu yang terlibat. Pada pengalaman yang dimiliki para pasangan, terdapat perbedaan yang bertolak belakang tidak akan pernah bisa dihindari dan ketegangan-ketegangan terus datang silih berganti. Dalam konteks ini, ketiga pasang informan tampak berusaha untuk mengelola ketegangan yang bersumber dari

tarikan maupun dorongan yang kemudian direpresentasikan oleh adanya dialektika yang mengonstruksi komunikasi dalam rumah tangga jarak jauh mereka masing-masing.

Pada penelitian ini dapat ditemukan tiga jenis dialektika relasional yang terjadi dalam rumah tangga jarak jauh pasangan. Pertama, mengenai *autonomy/connection* yang terkait dengan sejauh mana individu ingin terikat, bergantung, ataupun berdiri secara mandiri dalam hubungan. Ketegangan ini muncul karena dua keinginan yang berbeda, yakni antara kebutuhan individu untuk fokus pada apa yang tengah dikerjakan dan keinginan pribadi untuk terus terkoneksi dengan pasangan.

Kedua, yakni *novelty/predictability* yang terkait dengan variasi kebaruan dalam hubungan, di mana terdapat individu yang cenderung menyukai rutinitas yang sifatnya stabil, sedangkan individu lainnya lebih menyukai adanya dinamika dalam hubungan. Ketegangan ini ditemukan pada pengalaman ketiga pasang informan yang istrinya mengeluhkan bahwa suaminya terlalu sibuk bekerja. Akan tetapi, para suami dari ketiga pasang informan tidak bisa berbuat apa-apa sebab padatnya kesibukan yang dimiliki bukan sesuatu yang dikehendaki dari dalam hati. Pasangan dari sisi suami hanya bisa menjalani rutinitas pekerjaan dengan penuh tanggung jawab, meskipun terkadang hal tersebut menjadi pemicu ketegangan dengan istrinya.

Ketiga, yakni *openness/closedness* yang terkait dengan cara berkomunikasi para individu dalam hubungan, termasuk mengenai sejauh mana keterbukaan satu sama lain. Seluruh pasangan informan dalam penelitian ini memiliki tingkat keterbukaan yang seimbang dengan pasangan masing-masing. Keterbukaan satu sama lain tersebut meliputi saling berbagi informasi mengenai rutinitas, pengalaman, serta perasaan secara jujur dan apa adanya. Meskipun demikian, dalam berjalannya pernikahan jarak jauh, ketiga pasang informan juga menghadapi ketegangan yang tidak dapat dihindarkan. Contohnya ketika pasangan saling terbuka mengenai pentingnya kebutuhan biologis, sehingga mereka sepakat bahwa akan menggunakan adanya teknologi sebagai media penyalur kebutuhan tersebut meskipun kebutuhan batiniah tersebut tidak dapat terpenuhi secara optimal.

Secara garis besar, terdapat beberapa cara penanganan ketegangan dialektis yang berbeda yang dilakukan oleh para pasangan dalam penelitian ini. Pertama, yakni upaya menyeimbangkan ketegangan yang terjadi dengan cara melakukan kompromi, hal ini dapat dilihat dari pengalaman pasangan dari sisi istri yang memutuskan untuk lebih mengalah pada pasangan ketika terjadi ketegangan. Dari sisi istri pasangan banyak memberikan pemakluman pada suami mereka karena merasa kasihan, sehingga hal tersebut yang membuat mereka merasa tidak masalah untuk lebih sering mengalah. Kedua, cara pemisahan sementara

yang dilakukan pasangan ketika terjadi ketegangan dalam rumah tangga, mereka lebih memilih untuk diam beberapa waktu, sebab meyakini bahwa diam di awal merupakan cara terbaik untuk mencerna ketegangan yang tengah terjadi serta bertujuan menstabilkan emosi untuk menghindari ujaran yang mungkin dapat memperkeruh suasana.

Pada penelitian ini, pasangan informan membagi kebutuhan berdasar segmen-segmen kehidupan individu dalam hubungan. Sebagian informan memilih untuk memisahkan segmen kehidupan mereka dengan tujuan menjaga privasi, kemandirian, menjaga keseimbangan hubungan, serta mengubah cara pandang ke arah yang lebih baik. Privasi sering diartikan sebagai ruang pribadi yang bertujuan untuk menjaga keseimbangan antara hidup sebagai individu dan hidup sebagai pasangan. Hal ini dapat dilihat dari suami pasangan melakukan aktivitas yang ia senangi seperti bermain *game* di waktu luang. Ada pula yang terkadang lebih memilih untuk istirahat sejenak dan membatasi interaksi dengan istrinya untuk sementara waktu. Dengan adanya pemisahan segmen kehidupan, masing-masing individu memiliki ruang untuk menjadi diri mereka apa adanya, menjaga privasi, menjalankan aktivitas pribadi, serta dapat digunakan untuk mempertahankan hubungan dengan pasangan. Dalam hal kemandirian, pasangan sama-sama berambisi mengembangkan potensi diri dan mengejar karier dengan cara masing-masing. Hal ini berkenaan dengan ambisi untuk

melakukan aktivitas yang diinginkan, mengembangkan potensi diri, serta memelihara identitas individu sebagai pasangan dengan sehat. Kemandirian sangat penting dimiliki, khususnya bagi pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh, sebab mereka tidak dapat mengandalkan satu sama lain secara fisik.

Berkenaan dengan keseimbangan dialektika rumah tangga, pasangan dari sisi suami memilih untuk menarik diri dengan beristirahat atau tidur ketika terjadi ketegangan. Setelah merasa cukup, mereka baru kembali menghubungi istrinya untuk menyelesaikan ketegangan, tentunya dengan pikiran yang lebih jernih dan segar. Pemisahan atau jeda waktu demikian membantu pasangan untuk meredakan ketegangan. Pasangan memandang bahwa ketegangan yang terjadi bukan sebagai lawan atau kontradiksi antarindividu dalam hubungan, melainkan dipahami sebagai pembawa pelajaran penting bagi hubungan. Setelah saling mengungkapkan dan mendengarkan, sang istri berusaha lebih memahami kondisi suaminya yang sedang sibuk bekerja hingga kelelahan, sehingga ia akan dapat lebih memaklumi hal tersebut di waktu mendatang.

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, ditemukan fakta bahwa faktor terbesar pemicu ketegangan yang dialami oleh pasangan yakni berkenaan dengan terbatasnya waktu akibat kesibukan yang dimiliki suami. Sementara itu, ketika terjadi ketegangan, lagi-

lagi mereka menghadapi tantangan yang berkaitan dengan hal tersebut. Waktu benar-benar menjadi hal yang sangat krusial bagi ketiga pasang informan dalam penelitian ini. Kemudian, adanya perbedaan zona waktu juga menambah kerumitan yang ada dalam upaya pengelolaan ketegangan rumah tangga jarak jauh lintas negara. Pasangan dari sisi istri selalu mengalah dalam hal penyesuaian waktu luang untuk berkomunikasi dengan suami mereka masing-masing. Namun, itu bukan merupakan hal yang mudah, sebab perbedaan zona waktu berkaitan erat dengan perbedaan aktivitas yang sedang dilakukan. Seperti halnya pengalaman pasangan III, mobilitas kapal pesiar tempat suami bekerja melintasi benua Eropa dan Amerika, hal tersebut mengakibatkan perubahan zona waktu hingga belasan jam. Imbasnya adalah sebagai istri yang menetap di Indonesia, ia harus menyesuaikan zona waktu terbaru dari suaminya agar mereka bisa berkomunikasi. Tidak jarang istri dari pasangan III harus menerima telepon pada pukul 2 dini hari sambil menahan kantuk yang sangat berpengaruh pada tingkat kefokusannya. Sementara pada pengalaman pasangan I dan II, dari sisi suami hanya memiliki waktu di malam hari untuk berkomunikasi dengan istri mereka, sehingga perbedaan zona waktu yang berkisar 2-3 jam lebih cepat justru berimbas pada rasa lelah dan kantuk yang harus ditahan oleh suaminya. Faktor-faktor demikian memengaruhi tingkat kefokusannya dalam ber-

komunikasi yang kemudian memicu ketegangan. Menurut pengalaman ketiga pasang informan, perbedaan waktu dan kesibukan serta perubahan zona waktu menjadi tantangan utama dalam upaya pengelolaan dialektika rumah tangga jarak jauh.

Selain itu, terdapat keterbatasan dalam penyaluran kebutuhan afeksi dan biologis juga menjadi salah satu pemicu ketegangan maupun konflik dalam rumah tangga jarak jauh. Pasangan mengakui bahwa hal tersebut merupakan kebutuhan dasar – sebagai pasangan suami istri – yang apabila ingin mencapai kepuasan harus disalurkan secara langsung. Adanya teknologi membantu para informan dalam mempertukarkan kebutuhan tersebut, tetapi mereka mengaku bahwa teknologi tidak dapat sepenuhnya menggantikan. Pasangan merasa bahwa kebutuhan biologis merupakan hal yang teramat penting. Suami dari pasangan mengungkapkan ada fase atau momen tertentu di mana keinginan atau hasrat tersebut terasa sulit dibendung, sehingga saat itu juga ia langsung menghubungi istrinya. Akan tetapi, ketika menerima pesan tersebut, sang istri sedang bekerja. Perbedaan waktu dan kesibukan serta keterbatasan penyaluran kebutuhan afeksi dan biologis menjadi salah satu faktor yang berpotensi memunculkan ketegangan dan bahkan konflik. Sementara itu, dalam upaya meredakan ketegangan tersebut, muncul tantangan lain yang berasal bersifat teknis dan berasal dari luar diri, yakni berkenaan dengan perbedaan waktu dan

kesibukan, perubahan zona waktu, serta gangguan sinyal.

Secara keseluruhan, para pasangan informan memiliki cara pengelolaan ketegangan cukup beragam. Pasangan I dari sisi suami lebih memilih untuk diam sejenak dan melakukan aktivitas lain yang dapat menstabilkan emosi, sementara dari sisi istri langsung mengungkapkan apa pun yang ia pikirkan. Berbeda dengan pasangan I, pasangan II sepakat langsung saling membuka diri untuk meredakan ketegangan yang ada. Sementara pasangan III dari sisi suami memilih untuk diam sementara untuk menstabilkan emosi, sedangkan istrinya langsung mengungkapkan dengan nada mengomel.

Dalam menjalani rutinitas jarak jauh, muncul ketegangan-ketegangan yang harus dihadapi para pasangan. Kondisi pernikahan jarak jauh membawa dampak besar dalam hal kebutuhan afeksi dan biologis yang tidak dapat disalurkan secara langsung. Adanya teknologi yang dapat dimanfaatkan tidak bisa sepenuhnya menggantikan peranan pasangan secara fisik. Terbatasnya waktu komunikasi dan interaksi karena kesibukan dan gangguan teknis mengakibatkan adanya kendala dalam melakukan pertukaran kebutuhan tersebut. Berdasarkan pengalaman dari para pasangan, terhambatnya penyaluran kebutuhan dasar tersebut dapat berpengaruh pada psikis satu sama lain, sehingga berpotensi memicu adanya ketegangan maupun konflik yang merembet. Pasangan mengelola dialektika dengan be-

ragam cara, antara lain dengan melakukan pendiaman sementara, mengungkapkan emosi pada pasangan, serta membuka obrolan secara jujur dan terbuka. Akan tetapi, terdapat pula tantangan yang harus dihadapi dalam upaya melakukan pengelolaan dialektika, yakni mengenai terbatasnya waktu, gangguan sinyal, dan tidak kooperatifnya pasangan untuk meredakan ketegangan yang terjadi. Pengalaman yang dimiliki oleh pasangan dalam mengelola dialektika rumah tangga jarak jauh sejalan dengan *Relational Dialectics Theory* yang mengasumsikan bahwa suatu hubungan romantis, dalam hal ini rumah tangga jarak jauh akan selalu terjadi dialektika dan bahkan ketegangan yang disebabkan oleh berbagai faktor.

3. Strategi Manajemen Konflik Pasangan Suami Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh Lintas Negara

Konflik merupakan bagian dari dinamika rumah tangga yang wajar terjadi. Konflik interpersonal dapat didefinisikan sebagai perbedaan atau selisih pendapat antarindividu yang memiliki hubungan. Dalam konteks penelitian ini, konflik dalam level komunikasi interpersonal disebabkan oleh beragam faktor dan individu yang terlibat sama-sama sadar bahwa mereka tengah menghadapi perbedaan pandangan maupun perselisihan paham dalam keberjalanan hubungan rumah tangga jarak jauh, sementara mereka pada situasi tertentu tidak melihat adanya keinginan untuk mengesampingkan kepentingan pribadi. Respons atas

konflik yang terjadi terlihat berbeda-beda pula. Terdapat dua cara, yang kemudian disebut sebagai dua dimensi – yang menggambarkan perilaku individu ketika tengah berkonflik. Dimensi pertama yakni *assertiveness* yang menunjukkan bahwa terdapat ambisi kuat untuk memuaskan diri sendiri yang dapat dilihat dari prioritas atau peletakan kepentingan diri sendiri di atas kepentingan orang lain ketika terjadi konflik. Selanjutnya, dimensi kedua yakni *cooperativeness* yang menggambarkan adanya keinginan atau ambisi kuat untuk memuaskan pihak lain dengan mengutamakan atau memprioritaskan kepentingan pihak lain tersebut di atas kepentingan sendiri. Individu memiliki penilaian subjektif yang berdasar dari keyakinan diri mengenai apa dan siapa yang menjadi penyebab konflik. Dalam kondisi ini, individu sekaligus mempertimbangkan resiko yang mungkin dapat terjadi bila mengambil strategi tertentu. Pemilihan strategi manajemen konflik yang diambil didasarkan pada kepribadian diri serta kompetensi komunikasi yang dimiliki.

Strategi manajemen konflik yang dilakukan oleh pasangan pernikahan jarak jauh dalam penelitian ini cukup bervariasi. Terdapat salah satu strategi yang disebut dengan *withdrawal* yang berarti pasangan mempersilakan satu sama lain mengambil *space* atau ruang sendiri untuk mencerna dan merenungkan konflik yang sedang terjadi. Strategi ini juga disebut sebagai *exit response* yang merupakan respons konflik di mana

individu lebih memilih untuk menghindari konflik dan memberi ruang secara fisik bagi pasangannya ketika konflik mulai muncul ke permukaan (Wood, 2016: 260-262).

Gaya manajemen konflik yang diambil oleh pasangan memengaruhi pola resolusi atas konflik yang tengah berlangsung. Pernikahan jarak jauh yang dijalani memicu kompleksitas yang terjadi di dalam rumah tangga masing-masing pasangan. Terlebih ketika terjadi konflik, pasangan harus mencari strategi yang paling tepat dan disepakati bersama agar tercipta resolusi yang dikehendaki. Akan tetapi, pasangan juga mengalami tantangan dalam upaya pengelolaan konflik yang dilakukan, yakni dari segi terbatasnya waktu komunikasi yang dimiliki, perbedaan zona waktu yang berpengaruh pada aktivitas masing-masing, serta adanya gangguan teknis sinyal. Bagi ketiga pasang informan sepakat meyakini bahwa hadirnya konflik tidak hanya berpengaruh negatif saja, melainkan juga terdapat efek positif yang mereka ambil ketika mereka telah berhasil melakukan manajemen konflik dengan tepat. Pasangan mengaku dapat mengambil pembelajaran dari konflik yang telah terjadi di rumah tangga jarak jauh mereka, sehingga mereka dapat saling introspeksi diri masing-masing agar lebih baik ke depannya. Selain itu, mereka juga lebih bijak dalam bersikap dan lebih jeli dalam menyalasi konflik yang mungkin akan terjadi di waktu mendatang.

Selama menjalani pernikahan jarak jauh, pasangan menghadapi hadirnya konflik yang berat bagi mereka. Respons awal yang ditunjukkan para pasangan pun beragam, yakni ada yang diam dan menghindar, ada juga yang langsung mengungkapkan apa yang dipikirkan dengan membuka obrolan. Sementara, strategi manajemen konflik yang digunakan juga beragam, antara lain penghindaran, kompromi, dan kolaborasi. Strategi manajemen konflik dalam pernikahan jarak jauh lintas negara dilakukan atas dasar pandangan para informan bahwa komitmen rumah tangga harus selalu dijaga. Sehingga meskipun terjadi gejala konflik besar yang dihadapi oleh pasangan jarak jauh dalam pernikahannya serta memerlukan waktu untuk mencari strategi yang tepat guna memajemen konflik yang terjadi, pada akhirnya pasangan berhasil mencari resolusi terbaik bagi kedua belah pihak. Ada pula tantangan dan hambatan yang muncul dalam upaya manajemen konflik yang dilakukan oleh pasangan informan, yakni bersumber dari perbedaan zona waktu, kesibukan yang dimiliki suami dari para informan, gangguan teknis, serta pasangan yang tidak kooperatif. Meskipun demikian, usai konflik menemui resolusi, ketiga pasang informan mengambil hikmah atau pembelajaran positif sebagai bahan introspeksi diri agar bisa lebih baik dan bijak ketika mengambil sikap maupun siasat resolusi apabila terjadi konflik berulang di waktu mendatang. Selain itu, pasangan juga menjadi lebih berusaha mengerti dan memahami satu sama

lain. Pengalaman pengelolaan konflik rumah tangga jarak jauh yang dimiliki pasangan sejalan dengan *Conflict Mode Instrument Theory* yang mengasumsikan bahwa dalam tiap hubungan interpersonal pasti terjadi konflik dan tiap individu yang terlibat di dalamnya memiliki gaya penyelesaian atau resolusi konflik masing-masing.

4. Esensi Makna Pengalaman Manajemen Konflik Pasangan Suami Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh Lintas Negara

Pada penelitian ini, dapat disimpulkan suatu esensi makna bahwa manajemen konflik pasangan pernikahan jarak jauh pada dasarnya sama seperti pasangan secepat, tetapi terdapat perbedaan pada eskalasi konfliknya yang lebih besar. Hal ini disebabkan oleh banyak faktor, antara lain tidak adanya waktu tatap muka dalam kurun masa tertentu, perbedaan kesibukan, dan perbedaan zona waktu yang kemudian mengakibatkan tidak dapat terpenuhinya kebutuhan batin secara optimal dan berpotensi memunculkan konflik. Namun, hal tersebut bukanlah sesuatu yang bersifat mutlak, mengingat tiap individu pada pasangan memiliki karakter yang berbeda-beda. Karakter kedua individu dalam hal ini memegang peranan yang sangat penting sebagai upaya mereduksi besarnya potensi konflik yang dapat terjadi. Apabila pasangan memiliki kesamaan karakter saling mengerti, saling mengalah, dan saling memahami, maka potensi konflik besar akan dapat ditekan agar

tidak menjadi-jadi. Sebaliknya, apabila pasangan memiliki karakter yang terlalu memendam ataupun sulit mengontrol emosi yang meledak-ledak, maka potensi konfliknya akan jauh lebih besar. Bagi pasangan yang dapat melalui konflik dengan resolusi atau strategi penyelesaian yang baik, maka akan muncul pelajaran penting yang dipetik bagi keduanya dan kemudian akan dijadikan sebagai bahan introspeksi diri serta evaluasi hubungan.

SIMPULAN

Pasangan suami istri memiliki respons awal yang beragam ketika terjadi konflik dalam rumah tangga jarak jauh mereka, yakni melakukan pendiaman dan membuka obrolan. Terdapat keragaman manajemen konflik yang dilakukan ketiga pasang informan, yakni *avoiding* (penghindaran) yang diikuti dengan *withdrawal* atau *exit response*, *compromising* (kompromi), dan *collaborating* (kolaborasi). Ketika terjadi konflik, dalam upaya resolusinya juga ditemui tantangan dan hambatan, terutama dalam hal keterbatasan waktu dikarenakan kesibukan dari sisi suami yang bekerja di luar negeri. Selain itu, perbedaan zona waktu juga menjadi kendala yang cukup membuat rumit, sebab berkaitan dengan perbedaan rutinitas harian dari pasangan. Pada akhirnya setelah melalui upaya manajemen konflik, para pasangan mampu untuk mengelola hal tersebut dengan strategi yang menurut mereka tepat. Pasangan juga merasakan pengaruh positif pasca reda dan terselesai-

kannya konflik dengan menjadikan hal tersebut sebagai bahan introspeksi diri untuk kebaikan rumah tangga mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanah, Mutiara. (2015). *Gambaran Trust pada Pasangan Suami-Istri yang Menjalani Commuter Marriage Tipe Adjusting dengan Usia Pernikahan 0-5 Tahun*.
- Asari, Andi, dkk. (2023). *Komunikasi Digital*. Klaten: Lakeisha.
- DeVito, J.A. (2016). *The Interpersonal Communication Book* (14th Ed). Edinburgh: Pearson Education Limited.
- Griffin, E., Ledbetter A., Sparks, G. (2015). *A First Look at Communication Theory*. New York: McGraw-Hill Education.
- Kilmann, Ralph H. (2023). *Mastering the Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument*. Newport Coast: Kilmann Diagnostics.
- Lavner, J.A., Karney, B.R., & Bradbury, T.N. (2016). Does Couples' Communication Predict Marital Satisfaction or Does Marital Satisfaction Predict Communication?
- Littlejohn, Stephen W., Karen, A. Foss, John, G. Oetzel. (2017). *Theories of Human Communication* (11th Ed). Long Grove: Waveland Press Inc.
- Miller, Raissa M., Chan, Christian D., Farmer, Laura B. (2018). Interpretative Phenomenological Analysis: A Contemporary Qualitative Approach. *American Counseling Association, Vol. 57*, 240 – 254. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/ceas.12114>
- Mulyana, Deddy & Solatun. (2013). *Metode Penelitian Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Neuman, W. L. (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. London: Pearson Education Limited.
- Peterson, Kelsey K. (2014). Distance Makes The Heart Grow Fonder: Do Long Distance Relationships Have an Effect on Levels of Intimacy in Romantic Relationships? *Pepperdine Digital Commons, Global Tides, Vol. 8*. <https://digitalcommons.pepperdine.edu/globaltides/vol8/iss1/8>
- Wahidiah, U. W., Yusuf, A., & Kurnia, I. D. (2020). The Experience of Students undergoing Long Distance Marriage (LDM) in Surabaya. *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 2(1), 26–37. <https://doi.org/10.20473/pnj.v2i1.17936>
- West, Richard & Lynn H. Turner. (2010). *Introducing Communication Theory* (4th Ed). New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Wood, Julia T. (2016). *Interpersonal Communication: Everyday Encounters* (8th Ed). Singapore: Cengage Learning Asia Ltd.