

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang masalah**

Pada umumnya menjadi pasangan suami istri artinya telah menjadi keluarga. Keluarga akan tinggal bersama dalam satu rumah atau tempat tinggal yang sama. Pasangan yang tinggal bersama dan setiap hari bertemu saja masih bisa memiliki konflik, apalagi bagi pasangan yang menjalani kehidupan pernikahan jarak jauh, atau dapat disebut dengan *long distance marriage* (LDM). Dalam kehidupan pasangan suami istri sudah pasti ada keintiman, gairah, dan komitmen diantara mereka, hal tersebut akan lebih mudah dilakukan dan dirasakan jika memang hadir secara fisik, namun akan berbeda dengan mereka yang menjalani pernikahan jarak jauh atau *long distance marriage*. Kenyataannya pasangan yang menikah dan menjalani pernikahan jarak jauh akan lebih sulit untuk bisa mengungkapkan atau menunjukkan rasa cinta ataupun kasih sayangnya dan menerima rasa tersebut.

Bagi sebagian orang, sebuah pernikahan adalah suatu hal yang penting bagi kehidupan mereka. Membangun sebuah rumah tangga juga bukan lah suatu hal yang mudah untuk dijalani, karena kehidupan berumah tangga adalah awal dari kehidupan yang sebenarnya. Dalam hidup sudah pasti ada saja permasalahan yang harus dihadapi, termasuk dalam rumah tangga. Masalah dalam hubungan berumah tangga sering kali mengarah pada perpisahan, oleh sebab itu hal yang pasti harus dilakukan adalah mempertahankan rumah tangganya walau adanya masalah, dan tidak ada yang mengatakan bahwa hal itu mudah.

Pasangan yang terus berusaha untuk mempertahankan rumah tangganya dengan cara mengatasi konflik yang terjadi dengan baik, akan mencapai kepuasan tersendiri dalam kehidupan rumah tangganya, namun tidak bisa dipungkiri jika banyak juga pasangan yang memilih menyerah dan berpisah. Oleh sebab itu, dibutuhkan berbagai cara yang dapat dicoba untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dengan tenang, terus belajar dan berusaha untuk lebih baik lagi secara bersama-sama. Kepuasan hubungan yang tinggi merupakan salah satu faktor dalam menjaga kesuksesan hubungan. Pasangan yang mampu mengatasi pertengkaran dan

permasalahan dalam rumah tangga akan mendapatkan kepuasan dalam hubungannya dan menjadikan hubungannya saat ini sukses. Orang yang merasa puas dalam pernikahannya maka akan dapat mengurangi konflik yang berujung pada perceraian.

Saat ini semakin banyak pasangan suami istri yang memutuskan untuk keduanya bekerja, hal tersebut dilakukan demi menopang ekonomi keluarga, ada yang memilih untuk tetap di daerah yang sama, namun juga tidak sedikit istri atau wanita yang memutuskan untuk bekerja ke tempat yang jauh dengan gaji yang lebih besar, wanita bekerja merupakan suatu hal yang semakin umum di seluruh dunia, walau dahulu wanita hanya di rumah, mengurus suami, anak, dan rumah, pekerjaannya tentang dapur dan kamar, sekarang sudah terjadi begitu banyak perubahan, perubahan ini disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk peningkatan pendidikan wanita, perubahan sosial dan budaya yang mendukung kesetaraan gender, serta kebutuhan ekonomi di mana rumah tangga seringkali membutuhkan dua pendapatan/pemasukan untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarganya.

Wanita yang bekerja dapat mempengaruhi tingkat stres yang dialami karena wanita lebih banyak mengalami stres dibandingkan dengan pria, hal tersebut disebabkan oleh wanita mengalami menstruasi (haid) yang mempengaruhi perubahan suasana hati disebabkan oleh hormon *estrogen* (Saliano et al., 2020), hal tersebut dapat menjadi pemicu dasar terjadinya stres lain dalam pekerjaan dan rumah tangga. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (C. Frichilia, 2016) memiliki hasil bahwa untuk karyawan pria tidak memiliki hubungan yang signifikan, sementara karyawan wanita memiliki hubungan yang signifikan pada stres kerja. Lalu pada penelitian yang dilakukan oleh T. Pratiwi (2021) pada wanita menunjukkan bahwa saat konflik peran ganda itu tinggi maka tingkat stres kerjanya juga akan tinggi.

Stres yang dialami wanita tersebut memiliki tiga gejala yang dialami yaitu gejala fisik, psikis, dan perilaku. Gejala fisik yang terjadi seperti menjadi mudah lelah, nafsu makan yang menurun, dan berkurangnya kekebalan tubuh atau menjadi mudah terserang penyakit. Lalu gejala psikis yaitu perubahan emosional, menjadi mudah *overthinking*, motivasi bekerja menurun, tidak bersemangat. Berikutnya

gejala perilaku yaitu menjadi sering menunda pekerjaan, menghindari tanggung jawab kerja, dan memilih melakukan hal lain yang lebih menarik yang tidak sedikit cenderung negatif (U. Aseptia, 2022) itu sebabnya bagi wanita, terutama yang sudah menjadi ibu, membutuhkan kesiapan yang tinggi dalam berbagai aspek jika akan memilih untuk bekerja, apalagi bekerja ke tempat jauh, yang artinya akan berpisah dengan keluarga, terutama pasangan serta anak, dan artinya akan menjalani pernikahan jarak jauh atau *long distance marriage* (LDM).

Wanita bekerja yang dimaksud adalah orang yang melakukan suatu kegiatan tidak hanya menjadi ibu rumah tangga, namun juga bekerja untuk mendapatkan penghasilan/pemasukan, kegiatan atau pekerjaan yang dimaksud seperti wirausaha berjualan *online*, buka warung/toko, lalu menjadi pegawai, bisa di kantor maupun bidang rumah tangga (ART), ataupun dunia *entertainment* dan lain sebagainya (D. Nilakusmawati, 2012). Wanita yang bekerja dengan jarak yang jauh dan berpisah dengan pasangannya, jelas akan lebih sulit menerima dan mengungkapkan rasa cinta atau kasih sayang, hal tersebut dapat menjadi penyebab munculnya stress, dan berdampak pada kepuasan rumah tangga.

Hubungan jarak jauh atau *long distance marriage* adalah suatu hubungan di mana sepasang suami istri terpisah, berjauhan satu sama lain. Jarak yang memisahkan pasangan ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti tuntutan pekerjaan, pendidikan, dan alasan lainnya (R. Zahra, 2022). Bagi pasangan yang harus menjalani hal ini akan merasakan perubahan atau perbedaan dalam konsep pernikahan. Menjalani hubungan pernikahan jarak dekat akan lebih mudah dijalani walau tetap ada saja yang bisa jadi masalah, namun jika jarak dekat akan lebih memudahkan untuk berkomunikasi karena adanya kehadiran pasangan itu sendiri, lebih terhindar dari kesalahpahaman dan rasa curiga yang timbul karena tidak bisa mengetahui kegiatan pasangan secara langsung.

Dalam kehidupan pernikahan, tidak hanya pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh, pasangan yang bertemu setiap harinya juga harus mampu menjaga keutuhan dan keharmonisannya agar dapat menjaga keintiman, komitmen, dan rasa cinta satu sama lain, tiga hal tersebut adalah teori segitiga cinta. Teori segitiga cinta adalah konsep yang menggambarkan cinta sebagai interaksi antara

tiga komponen utama yaitu *intimacy*, *passion*, *commitment* (Steinberg, 1986). Teori segitiga cinta ini penting untuk dibahas karena dapat memberikan pemahaman yang mendalam tentang dinamika hubungan romantis dalam rumah tangga, teori ini dapat membantu untuk menjelaskan perasaan dan perilaku dalam hubungan cinta. Memahami konsep cinta sebagai kombinasi dari komponen-komponen tersebut dapat membantu individu dalam mengelola hubungan mereka dengan lebih baik. Dengan memahami teori segitiga cinta ini, individu dapat lebih memahami pola-pola dalam hubungan mereka dan menjadi lebih dekat, dapat memperbaiki aspek-aspek yang mungkin mempengaruhi keberlangsungan hubungan tersebut.

Keintiman (*intimacy*) sering merujuk pada hubungan badan antar pasangan suami istri, namun dalam hal ini lebih mengarah pada kedekatan pribadi pada hubungan emosional, kehangatan, dan kepercayaan. Keintiman adalah perasaan dimana individu merasa terus ingin bersama dengan pasangannya, terbuka dengan pasangan sehingga ingin terus bercerita dan berdiskusi soal apapun dengan pasangannya. Gairah (*Passion*) adalah perasaan kepada pasangan seperti rindu kepada pasangan, memiliki hasrat seksual pada pasangannya, ditandai dengan bentuk mengasihi seseorang yang, hal ini biasanya terbentuk setelah keintiman semakin melekat antara keduanya. Komitmen (*commitment*) adalah sebuah keputusan yang diambil oleh individu untuk terus bersama dengan pasangannya karena memiliki ketertarikan dan kecocokan dengan pasangannya, di dalam hal pernikahan ini berarti jangka panjang, individu membuat keputusan untuk terikat dan bersama hingga akhir hayat dengan pasangannya (Faridatunisa et al., 2024).

Salah satu teori yang dapat dimanfaatkan untuk bisa mempertahankan keutuhan segitiga cinta dalam rumah tangga yang setiap hari bertemu maupun dalam kondisi jarak jauh adalah teori *love languages* yang ditulis oleh Chapman (1992), oleh sebab itu, teori bahasa cinta ini menjadi penting untuk dibahas, agar orang-orang menjadi lebih paham dan dapat memanfaatkannya dengan lebih baik. Setiap orang pasti memiliki cara tersendiri untuk mengungkapkan rasa sayang dan cintanya, memiliki keinginan atau harapan tersendiri juga untuk mendapatkan hal-hal yang akhirnya ia simpulkan jika orang lain itu mencintai dirinya. Cara untuk menunjukkan dan yang ingin didapatkan bisa saja berbeda, hal tersebut dipengaruhi

oleh bahasa cinta atau *love languages* setiap orang bisa saja memiliki *love languages* yang berbeda, tapi bisa juga sama, *love languages* itu sendiri memiliki lima tipe, sentuhan fisik (*Physical Touch*) yaitu adanya tindakan yang berhubungan dengan sentuhan fisik untuk menunjukkan rasa cinta, lalu kata-kata afirmasi (*Word of Affirmation*) yaitu tindakan yang dilakukan dengan cara memberikan kata-kata atau ungkapan positif kepada pasangan, memperlakukan melayani (*Acts of Service*) yaitu dengan tindakan melayani pasangan seperti membantu pasangan untuk mengerjakan sesuatu, berikutnya waktu berkualitas (*Quality Time*) yaitu menyediakan waktu khusus dan sepenuhnya untuk bersama pasangan, dan yang terakhir menerima hadiah (*Receiving Gift*) yaitu dengan memberi ataupun menerima hadiah (Chapman, 1992). Dari lima jenis *love languages* itu, kita bisa memahami secara mandiri seperti apa kita merasa dicintai dan menunjukkan rasa sayang kita pada orang lain.

Berdasarkan tipe *love languages* di atas, dapat dilihat bahwa akan lebih mudah dilakukan dan dirasakan oleh pasangan suami istri yang berdekatan atau tidak menjalani pernikahan jarak jauh dibandingkan dengan pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh (LDM). Pada dasarnya, pasangan yang tidak menjalani pernikahan jarak jauh bisa mengutarakan dan menerima kelima tipe *love languages* tersebut dengan mudah, karena dapat dilakukan kapan saja yang diinginkan, berbeda halnya dengan pasangan yang menjalani *long distance marriage*, karena terpisahkan oleh jarak, pasangan tersebut hanya bisa melakukan beberapa tipe saja pada saat berjauhan, seperti *Word of Affirmation*, *Quality Time*, dan *Receiving Gift*, lalu tipe *Physical Touch* dan *Acts of Service* hanya bisa menunggu pada saat bertemu, oleh sebab itu lebih mudah memenuhi tangki cinta pada pasangan yang tidak menjalani *long distance marriage* dibandingkan dengan pasangan yang menjalani *long distance marriage*.

Dengan adanya fenomena tersebut, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian ini, agar dapat mengetahui jenis *love languages* apa yang dimiliki oleh wanita bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh. Namun terdapat penelitian yang menyatakan bahwa sebenarnya tidak ada hubungan atau korelasi antara 5 bahasa cinta dengan kepuasan pernikahan, dalam penelitian tersebut mengatakan

bahwa sebenarnya yang membuat hubungan menjadi bahagia bukanlah karena kesamaan *love languages* utama antara keduanya, melainkan karena kemampuan mereka untuk bisa mengkatalisasi atau mempercepat terjadinya perubahan interaksi dan perubahan diri sendiri yang lebih positif (S. Bunt, 2017). Hal tersebut dapat ditepis dengan adanya penelitian lain yang menyatakan bahwa dengan adanya usaha untuk memahami bahasa cinta utama diri sendiri serta pasangan, akan sangat membantu untuk pasangan menunjukkan/memberikan dan merasakan/menerima ungkapan cinta itu dengan lebih baik, hasilnya akan tercipta hubungan yang lebih emosional secara positif dan berkualitas, memang tidak harus sama *love languages* utama antara keduanya, namun dengan mau berusaha saling memahami dan memenuhi, itu akan membuat kehidupan pernikahan menjadi lebih berwarna (O. Mostova, M. Stolarski, 2022).

Teori 5 bahasa cinta yang ditulis oleh Gary Chapman itu juga memiliki kekurangan yaitu belum tervalidasi dengan penelitian empiris melainkan dari narasumbernya saja, beliau juga mengakui hal tersebut karena ragu dengan keakuratan secara statistik (A. Mathew, 2022). Namun pada penelitian tersebut juga menyatakan bahwa pesertanya merasa senang saat membahas soal bahasa cinta atau *love languages* ini karena menjadi pembelajaran baru bagi mereka, dan memang sebenarnya mereka melakukannya, hanya saja tidak mengetahui jika yang mereka lakukan dan rasakan memiliki nama.

Penelitian yang dilakukan oleh R. Zahra (2022) dengan judul “Penerapan Bahasa Cinta Dalam Pemeliharaan Hubungan Romantis Jarak Jauh” menyatakan bahwa menjalani hubungan pernikahan jarak jauh merupakan fenomena yang memiliki tantangan tersendiri bagi pasangan yang menjalaninya terutama pada saat untuk menunjukkan dan merasakan ungkapan cinta. Oleh sebab itu peneliti semakin merasa tertarik untuk membahas hal ini, karena pasti akan ada berbagai dampak yang dirasakan, terutama bagi sisi wanita atau istri.

Sejauh ini data statistik berapa jumlah keluarga yang melakukan pernikahan jarak jauh (LDM) di Indonesia masih belum tersedia. Sedangkan di Amerika Serikat, data statistik pernikahan jarak jauh dapat ditemukan dalam survei yang dilakukan oleh *Center for Long-Distance Relationship Research* yang

menyebutkan bahwa pada tahun 2005 terdapat 3,5 juta penduduk Amerika Serikat menjalani pernikahan jarak jauh di negara bagian tersebut. Pada tahun 2011, jumlah tersebut meningkat menjadi 7,2 juta penduduk (A. Nugraheni, 2020).

Pada preliminary ini, peneliti mendapatkan tiga narasumber, mereka merantau meninggalkan keluarganya untuk membantu memenuhi kebutuhan keluarga.

*“28 tahun, dulu waktu anak saya umur 4 taun saya udah pergi, terus sampe anak saya yang pertama itu umur, berapa ya, SD kelas 5 saya pulang, dirumah mungkin 3 taun sampe anak saya yang kecil 2 taun saya pergi lagi, pergi lagi sampek pulangnya dari sekarang itu 6 taunan sekarang ini saya dirumah, yang terakhir itu 9 taunan, jadi yang pertama itu dari anak saya 4 taun sampe kelas 5 SD saya baru pulang, terus abis itu yang belakang itu anak saya umur belum ada 2 taun saya udah pergi, saya pulang anak saya yang kecil naik kelas 4 SD, soalnya jeda-jeda, pulang hamil lagi itu, terus udah gitu pergi lagi, jadi dari awal 6 sama 9 taun, kalo sama sekarang ini ya 15 taunan lah, tapi kan waktu 6 taun itu yang saya pulang itu kumpol, waktu saya apa merawat orang tua saya itu”*

(Narasumber S, 48 tahun)

Wawancara pertama dilaksanakan pada tanggal 5 April 2024, narasumber pertama yaitu ibu S, bekerja sebagai baby sitter, usia pernikahannya 28 tahun, beliau menjalani pernikahan jarak jauh sudah lebih dari 15 tahun.

*“16 taun, 3 taun ldran”*

(Narasumber R, 38 tahun)

Lalu narasumber kedua yaitu ibu R, wawancara dilaksanakan pada tanggal 12 Mei 2024, beliau bekerja sebagai asisten rumah tangga (ART), sudah menikah selama 16 tahun, lalu menjalani pernikahan jarak jauh sudah 6 tahun.

*“Sudah 9 taun, menikah jarak jauhnya 8 taun”*

(Narasumber A, 53 tahun)

Narasumber ketiga adalah ibu A, wawancara dilakukan pada tanggal 12 Mei 2024, beliau bekerja sebagai ART, usia pernikahannya 9 tahun, dan menjalani pernikahan jarak jauh selama 8 tahun.

*“Kalok yang pernah muncul itu ya paling masalah kayak ekonomi lah, terus dulu pernah suami masih ikut kata mertua, komunikasi ya paling kayak kadang gak pas sama yang di mau, yang ditangkep ga sesuai yang di maksud, kadang kayak kalok saya memang egois ya, mentang-mentang yang mencari uang lebih besar, saya inginnya tu mau punya rumah yang begini, padahal awal musyawarah bagaimana, tau-tau pas*

*saya pulang ga sesuai seperti yang saya inginkan, itu kan saya kecewa gitu lo, terus kadang tu suami kurang jujur sama saya, cuman ya itu paling sering ya ekonomi itu. Waktu itu sudah bisa kirim foto, memang kadang masalah signal itu lo, kadang, kalok disana tu gampang-gampang aja, kalo di Indonesianya kan yang agak susah. Kalo disana itukan setiap sabtu minggu kan libur kita, jadi saya bisa telfon, sehari pun penuh bisa jugak, gitu, hari biasa ya bisa komunikasi, cumak kalo hari sabtu minggu itu kan fullday milik kita sendiri, kita mau pergi kemana-mana juga bisa”*

(Narasumber S, 48 tahun)

Ibu S mengatakan bahwa sudah pasti ada kendala atau masalah yang dihadapi saat menjalani pernikahan jarak jauh seperti komunikasi, apalagi dilakukan saat masa-masa yang masih belum menggunakan telepon genggam yang bisa untuk *videocall*, signal di Indonesia yang masih belum sebagus di luar negeri.

*“Ya paling masalah anak-anak aja, anak-anak rewel, ngegame terus, suami sewot suru ngomongin anak-anak, sekarang kan anak-anak kalo di kasari makin ngelawan, disuru ngapa-ngapain ga mau, terus protes jangan kasar ke suami, terus ada keperluan sekolah sepatu rusak ndang cepetan dibeliin, kan beda kan ibunya cepat tanggap, kalo bapaknya kan diolor-olor, terus masalah makannya, anak-anak kan ngegame jadi lupa makan, suami libur-libur terus, jadi aku kan kesel, diakan kerja sendiri, jadi mau kerja mau apa kan suka-suka”*

(Narasumber R, 38 tahun)

Ibu R mengatakan bahwa memang sering juga berdebat dengan suaminya, terutama permasalahan anak, ia merasa kesal jika kebutuhan anaknya lama untuk dipenuhi hingga anaknya meminta pada dirinya, suaminya juga seringkali sesuka hati untuk bekerja sehingga pendapatannya menjadi tidak pasti.

*“Ya pasti kalo kayak gitu orang rumah tangga pasti ada sih, ya tapi ya masalah kecil lah gitu, tapi kan ga sampe berlarut-larut, ga jadi besar, yaapa kita harus bisa mempertahankan rumah tangga, soalnya kan kita jarak jauh, kita kan harus ngerti sendiri gitu, saling pengertian, kan maunya orang suami istri tu deket terus to, karna kita isa jarak jauh, menikah sekian lama, karena kita dalam keadaan ekonomi, jadi kita harus jaga, kalo masalah kaya cek-cok itu ya mesti ada lah, pasti ada lah, tapi kita ga sampe berlarut-larut itu endak, kita harus bisa secepatnya menyelesaikan, kita harus ngerti diri lah, kalo masalah kaya gitu kita harus lebih yaapa caranya supaya gak cek-cok terus kita tetep harmonis. Kita ya harus saling perhatian lah, kalo pas berantem diem sendiri-sendiri, biar adem, kalo udah baru kita hubungi lagi, selesaikan lagi, memang kita tu kerjanya jarak jauh ya kayak gini, harus dijelaskan, nanti kita kan isa ngerti sendiri toh, nanti kalo sudah dingin baru selesaikan, kita harus saling menyadari sendiri-sendiri lah,*

*kita harus ngerti diri to kalo kaya gitu. Kita harus tetep merawat diri, kalo ketemu sama suami kita tu harus punya perubahan penampilan, biar tetep harmonis, suami dateng seneng gitu, kita harus merawat diri itu lah, yaapa cara e suami biar tetep cinta ya gitu lah di layani”*

(Narasumber A, 53 tahun)

Ibu A mengatakan jika orang berumah tangga itu sudah pasti ada ributnya, apalagi yang jarang ketemu, tapi semua itu kembali pada kesadaran diri masing-masing untuk terus berusaha menjaga komunikasi dan rasa cinta satu sama lain, soal berdebat, selisih paham, itu sudah biasa, dan tidak mungkin jika tidak ada hal seperti itu dalam pernikahan, tapi ibu A mengatakan bahwa ia memiliki cara dengan pasangannya untuk menyelesaikannya dengan baik.

*“Sebenarnya kalok bagi saya ya, mengungkapkan bahasa cinta tu dengan, dengan kata-kata kita, maksudnya santun, manis, nggak-nggak saling apa membully, itu aja udah menurut saya ya, bagi saya lo, mungkin orang lain nggak tau ya, bagi saya dah, dah ini, dah seneng, gitu, uda merasa dicinta, kalok saya ke suami ya sama, ya gitu, kalok misalkan telfonan itu dah bener-bener jadi obat”*

(Narasumber S, 48 tahun)

Ibu S mengatakan bahwa akan merasa dicintai dan mengungkapkan bahasa cintanya dengan menggunakan kata-kata, jika pasangannya berbicara dengan manis pada ibu S, maka ibu S sudah akan merasa disayang, lalu saat berjauhan selalu menyediakan waktu untuk berkomunikasi. Jika dilihat dari cerita ibu S, maka tindakan-tindakan tersebut merupakan contoh tipe *word of affirmation* karena berbentuk kata-kata, lalu juga contoh tipe *quality time* karena ibu S mengatakan bahwa saat di luar negeri selalu memiliki waktu khusus bersama pasangan untuk berkomunikasi.

*“Pas pulang dimasakin, dimasakne air buat mandi, terus ga boleh ngerjain kerjaan rumah, disuru istirahat katae, jalan-jalan sore sama suami, sama anak-anak, pas jauh videocallan, cerita tentang anak-anak, kesehariannya anak apa, sekolahnya gimana, terus kalo pas dihargai, ditanya koe arep opo, terus dibelono, malem-malem dibelino, pas waktu ketemu, kalo videocall ya omong-omong aja”*

(Narasumber R, 38 tahun)

Bagi ibu R merasa dicintai oleh pasangannya pada saat ibu R pulang kampung lalu tidak diijinkan suaminya untuk melakukan pekerjaan rumah dan disuruh untuk beristirahat saja, lalu ibu R dibuatkan suaminya makanan, dan juga air hangat untuk mandi, tindakan tersebut merupakan contoh tipe *act of service*, selain itu, ibu R juga

akan merasa disayang saat pergi jalan-jalan bersama, menghabiskan waktu di sore hari bersama, tindakan tersebut merupakan contoh tipe *quality time*, lalu ibu R juga mengatakan sesekali suaminya menanyakan dan memberikan sesuatu yang diinginkan oleh istrinya, seperti sedang ingin makan sesuatu, suaminya akan membelikannya, tindakan tersebut contoh tipe *receiving gift*.

*“Kalo pas ketemu, kayak hari minggu gitu, terus kita apa namanya, ya seneng jarang ketemu terus ketemu, dateng ke tempat kerja, mestikan satu minggu sekali datang, itu kan kita seneng lah, kalo pergi bareng sih nggak pernah kita dirumah aja, ngobrol-ngobrol gitu, sudah senang ya dee kan mesti nde sini nginepnya sampe dua malem gitu, pokoknya kalo hari libur pasti dia itu kesini, kalok hari libur ga sibuk dia tu kesini, kadang dibawain oleh-oleh, terus suami kerja dateng bawa gaji oh aku dapet segini, dibawain makanan kesukaan nasi bebek, terus sukanya buah apa oh apel. Kita seneng kalo suami dateng kita masak, ya nyuci bajunya, ya ngobrol-ngobrol apa, dia paling suka kalo dateng saya masak, seneng kalo pas dipuji makanannya, dihabisin, kalo pas ada masalah curhat. Kita kan sebagai perempuan ya, suami di jauh, ya jarak jauh yaapa semesti e, kalo pagi, sudah makan belum, kalo sudah siang kita ya ngingetin, waktunya sholat gitu-gitu, ya harus, harus di ingetin setiap hari setiap waktu, jam segini uda pulang belum, uda di kostan belum, meskipun kita jauh tu kita setiap harinya harus tetep jaga, oh jam segini waktunya makan uda makan belum, jam segini waktunya sholat uda sholat belum, jadikan kalok kita meskipun jarak jauh, apa namae tetep kayaknya setiap hari tetep gumbul. Kalo saya mesti aku duluan, harus aku duluan, soalnya aku kan perempuan, harus menjaga suami yang di jauh, kan suami itu tanggung jawabnya perempuan to, pasti saya duluan. Ya pernah dee duluan, ya iya pasti seneng lah, dicariin dulu, aku jam segini belum bangun dicariin duluan tu seneng, orang rumah tangga jarak jauh ya gitu tu. Waktu ada kesempatan ketemu bisa hubungan suami istri ya gitu itu”*

(Narasumber A, 53 tahun)

Ibu A bercerita bahwa ia merasa dicintai oleh pasangannya pada saat suaminya datang mengunjunginya, lalu membawakannya oleh-oleh atau hadiah, memberikan gaji pada dirinya, tindakan tersebut merupakan contoh tipe *receiving gift*. Selain itu ibu A juga merasa dicintai saat suaminya memuji ibu A, maka tindakan tersebut merupakan contoh tipe *word of affirmation*, memakan habis masakannya, adalah contoh tipe *act of service*, dan seperti pada umumnya pasangan menikah yaitu berhubungan suami istri, contoh tipe *physical touch*. Ibu A juga mengatakan bahwa dirinya juga menunjukkan rasa cintanya pada suaminya dengan cara selalu menghubungi suaminya setiap waktunya makan, sholat, bangun tidur,

dan pulang kerja untuk mengingatkan suaminya agar tidak terlambat ataupun lupa, lalu memasak makanan dan mencuci pakaian-pakaian suaminya, ibu A juga mengatakan caranya untuk berusaha menjaga rasa cinta suaminya pada dirinya adalah dengan merawat diri dan melayani suaminya hubungan suami istri dengan sepenuh hati agar suami tidak tergoda hal-hal yang tidak diinginkan, beliau juga mengatakan bahwa dirinya akan merasa berbunga-bunga saat suaminya yang menghubungi dirinya lebih dulu. Maka tindakan yang dilakukan oleh ibu A merupakan contoh tipe *act of service*.

*“Yang namanya cemburu itu kan katanya bumbu ya, ya pasti ada si gitu itu, tapi kan kembali lagi ke tujuan kita, terus bagi saya tu kalo enggak, gak ngelihat langsung, gak lihat sendiri itu saya nggak bisa percaya gitu, saya orangnya kan nggak bisa nyimpen-nyimpen gitu gak bisa, kalo saya dengan gini ya saya tak tanya ne ke suami, tak tanyain emang bener ini gini-gini gitu, saya jugak pernah nyelidikin gitu, tapi kenyataannya saya selama ini ya saya nggak pernah menemukan itu gitu”*

(Narasumber S, 48 tahun)

Ibu S juga mengatakan bahwa dalam pernikahan, rasa cemburu itu pasti ada, dan itu merupakan bumbu dalam kehidupan pernikahan.

*“Ada yang belum, ada yang sudah, yang sudah puas ya itu tadi, yang belum nafkah batin aja, kalo masalah uang mah ekonomi mah aku kan bisa nyarik, tapi yo ga akan ada puas e sih, harus nerima kekurangan lah, kalo kelebihan mah enak, jarang lo orang bisa nerima kekurangan itu, ya masalah rumah tangga tu ya itu lah, ekonomi, nafkah lahir batin, itu seharusnya kalo bisa harus terpenuhi, ga perlu munafik toh”*

(Narasumber R, 38 tahun)

Ibu R menyampaikan bahwa selama menjalani *long distance marriage* dengan suaminya, ibu R juga merasa ada sebagian hal yang belum puas dengan kehidupan pernikahannya yaitu nafkah batin, karena jika ekonomi ia juga bisa ikut cari, dan memang tidak akan ada puasnya, namun ibu R juga mengatakan bahwa tetap harus bisa menerima kekurangan.

*“Kayak rasa cemburu gitu itu tu ya ada, tapi kita tu ndak, ndak apa ya, ndak terlalu nganu, gak jadi masalah, tapi kita tu dikit-dikit ya punya, tapi ya harus jaga lah, supaya gak sampek terjadi hal-hal gak diinginkan lah, kita harus saling ngerti, saling menjaga, harus itu, ya gitu jarak jauh, yang perempuan gitu, yang lakik juga harus jaga diri lah, supaya gak terjadi hal yang gak diinginkan”*

(Narasumber A, 53 tahun)

Ibu A mengatakan pasti ada saja yang namanya cemburu dalam kehidupan pernikahan, apalagi jarak jauh, namun harus tetap saling mengerti dan sadar diri demi hubungan yang sehat dan terhindar dari hal-hal yang tidak diinginkan.

*“Ya kalo malem itu kesepian, ga ada anak-anak, biasanya kan kalo ada anak-anak isa jalan-jalan bareng, kalo pasangan sana sih sing kangen, ada lah kesepian itu, stresnya kalo dirumah terus, disini (tempat kerja), terus suami suka-suka kalo kerja aku kan kesel, telfon eyel-eyelan, tapi tetep digae seneng ae lah, soale efek e kan nde kene, ben kerjaan e ga terganggu, beli makanan kesukaan, njajan, jalan-jalan, sekedar liat orang lewat, cari udara. Komunikasi, telfon, kalo pas pengen telfon ya telfon, kalo gak ya enggak”*

(Narasumber R, 38 tahun)

Ibu R mengatakan bahwa dirinya merasakan kesepian dan rindu pada pasangan dan anak-anaknya, lalu usaha yang dilakukan oleh ibu R untuk tetap menjaga perasaannya agar tidak buruk dan berpengaruh pada pekerjaannya adalah dengan ngemil atau makan makanan kesukaannya, lalu untuk menjaga pernikahannya agar baik-baik saja dengan menjaga komunikasi dengan pasangannya.

*“Saya biasanya merasa kesepian ya ada, kadang ya ada senengnya, yaapa ya namae kita memang wes jarak jauh ni terpaksa karena dalam keadaan ya kita harus sabar, sekarang kan udah ga ada anak-anak to, sama bapak ibuk, jadi saya yang jaga rumah, sekarang pada pergi sepi, ya harus ngerti sama suami, suami ya harus ngerti sama istri, pokoknya kita saling menjaga lah gitu, supaya kita tu tetep harmonis, tetep bersatu, bisa langgeng, masalah gitu kesepian ya pasti ada, selaen kesepian I kayak apa I, kadang itu ya ada rasa kangenya, kalo kita seandainya, kaya merasa ndak enak, sakit semua, nah itu baru, oh seandainya ada suami, kayak suami oh lagi saki tndak enak badan seandainya ada istri, ada yang masakain, ada yang gini-gini”*

(Narasumber A, 53 tahun)

Terakhir ibu A mengatakan bahwa dirinya mulai sering merasa kesepian, dan rindu pada suaminya, apalagi rumah tempatnya bekerja beberapa tahun ini sepi, ditambah jika suaminya tidak bisa datang berkunjung hingga beberapa waktu, ibu A juga mengatakan bahwa saat dirinya tidak enak badan, ia akan berandai-andai jika saja ada suaminya, mungkin akan ada yang merawat dirinya dan memberikan perhatian, sebaliknya juga ibu A memikirkan suaminya jika sakit, andai dirinya bisa ada bersama suaminya pasti bisa merawat suaminya, namun ibu A mengatakan

bahwa semua tetap kembali pada tujuan awal dan kesadaran karena kebutuhan, jadi tetap berusaha bekerja yang terbaik, dan tetap berusaha menjaga komunikasi.

Alasan mengapa wanita yang dipilih dalam penelitian ini adalah karena wanita mencintai dengan hati sementara pria dengan logika (Perempuan et al., 2023), walau terdapat penelitian yang mengatakan bahwa tidak ada perbedaan antara wanita dan pria soal unggul dalam mengungkapkan cinta, namun wanita lebih cenderung merasa gelisah jika tidak mengungkapkan atau menerima hal tersebut, memang tidak menutup kemungkinan jika ada pria yang unggul dalam menunjukkan rasa cintanya, bahkan lebih hangat dan intim dibanding wanita (Pasangan et al., 2018), namun berdasarkan penelitian lainnya bahwa wanita lebih mudah stres dibandingkan dengan pria (Nasrani & Purnawati, 2015), itu sebabnya wanita menjadi lebih membutuhkan ungkapan-ungkapan kasih sayang itu sendiri, didukung dengan hasil penelitian lainnya, kedua narasumber dari penelitian tersebut mengalami stres karena dampak dari menjalani pernikahan jarak jauh atau *long distance marriage* yang menjadi sulit untuk bersama dengan pasangannya walau sangat ingin bisa bersama dan merasakan kasih sayang itu (Berliantin & Ansyah, 2021).

Terdapat perbedaan antara wanita bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh tetap berada di rumah, dengan wanita bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh dan keluar dari rumah. Wanita bekerja yang tetap berada di rumah dan pasangannya yang bekerja jauh dari rumah menghadapi sumber stres berupa peran ganda antara urusan rumah dan pekerjaan tanpa mendapatkan bantuan dari pasangan, sementara pada umumnya bisa berbagi tugas dengan pasangan, namun karena jarak yang memisahkan menjadikan wanita harus menangani semuanya sendirian termasuk pekerjaan di rumah yang biasanya dilakukan oleh pasangan. Apalagi saat terjadi masalah di rumah namun dituntut untuk tetap bersikap profesional di tempat kerja, belum lagi jika di tempat bekerja juga terjadi masalah di waktu yang bersamaan, fokusnya akan terbagi dan itu tidak mudah untuk di hadapi (R. Sari & Maulida, 2021). Sementara wanita yang bekerja jauh dari rumah mempengaruhi emosinya karena keterbatasan untuk dapat berinteraksi secara intens dengan pasangan dan anak. Tuntutan untuk bisa dengan cepat menyesuaikan diri

dengan lingkungan baru juga dapat menjadi tekanan tersendiri bagi wanita yang bekerja jauh dari rumah. Wanita bekerja yang tetap berada di rumah cenderung ingin melayani pasangannya saat bisa bertemu, sementara wanita yang bekerja jauh dari rumah cenderung lebih ingin dilayani, namun tidak menutup kemungkinan hal tersebut bisa terjadi keterbalikan.

Penelitian ini menjadi penting untuk dibahas karena mengingat tingginya tingkat perceraian yang terjadi karena pernikahan jarak jauh, berdasarkan berita yang dipublikasikan oleh Jawa Pos Radar Madiun menyatakan bahwa dari gugatan cerai sebesar 1.463 terdapat 50% gugatan yang diajukan oleh istri notabene seorang Pekerja Migran Indonesia (PMI) (Ristanto, 2022), lalu berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Keruak & Handayani (2022) mengatakan bahwa pernikahan jarak jauh berdampak besar pada tingkat perceraian, oleh sebab itu penelitian ini menjadi penting untuk dibahas dengan harapan dapat mengedukasi dan membantu berkurangnya perceraian pada pasangan yang menjalani *long distance marriage* karena dapat memanfaatkan *love languages* sebagai pengungkapan dan penerimaan rasa cinta atau kasih sayang.

## 1.2 Batasan masalah

Penelitian ini membatasi ruang lingkup penelitian pada :

- a. Variabel yang akan diteliti adalah *love languages* pada wanita bekerja yang menjalani *long distance marriage*.
- b. Partisipan dalam penelitian ini adalah wanita bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*).
- c. Partisipan akan digolongkan berdasarkan usia pernikahannya dan lama menjalani *long distance marriage*.
- d. Penelitian ini berfokus pada apa *love languages* utama yang dimiliki pasangan yang menjalani *long distance marriage*.

## 1.3 Rumusan masalah

Peneliti menentukan rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

“Bagaimana gambaran *love languages* pada wanita bekerja yang menjalani *long distance marriage*?”

#### **1.4 Tujuan penelitian**

Tujuan dari penelitian ini dilakukan adalah agar mengetahui bagaimanakah gambaran *love languages* pada wanita bekerja yang menjalani *long distance marriage* dan jenis *love languages* apa yang paling utama dimiliki berdasarkan usia pernikahan dan lama menjalani *long distance marriage*.

#### **1.5 Manfaat penelitian**

##### 1.5.1 Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan teoritis bagi ilmu psikologi, secara khusus terhadap psikologi perkembangan terkait *love languages* pada wanita bekerja yang menjalani *long distance marriage* berdasarkan usia pernikahannya.

##### 1.5.2 Manfaat praktis

a. Bagi wanita bekerja dan pasangan yang menjalani *long distance marriage*

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa memberikan gambaran *love languages* kepada para pasangan yang sedang menjalani pernikahan jarak jauh. Harapannya penelitian ini dapat memberikan gambaran bagaimana pasangan yang menjalani kehidupan pernikahan jarak jauh untuk dapat lebih mengerti dan paham tentang *love languages* pasangan dan dirinya sendiri, lalu mengetahui atau mendapat ide bagaimana cara untuk memenuhi bahasa cinta tersebut.

b. Bagi informan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran *love languages* pada wanita bekerja yang menjalani *long distance marriage* sehingga informan dapat melakukan evaluasi diri dan memperbaiki atau menambah variasi dalam bahasa cintanya, agar kehidupan pernikahan jarak jauhnya terhindar dari kata membosankan ataupun merasa jenuh, serta

mendapat solusi baru yang dapat dicoba saat menyelesaikan masalah/konflik yang sedang terjadi.

c. **Bagi peneliti berikutnya**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran cara memenuhi *love languages* pada wanita bekerja yang menjalani *long distance marriage*, serta contoh penyelesaian masalah/konflik yang terjadi selama menjalani *long distance marriage*, sehingga bisa digunakan sebagai dasar pemikiran untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan *love languages* pada wanita bekerja yang menjalani *long distance marriage*.