

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Pasangan yang memutuskan untuk menikah mungkin mengharapkan kebahagiaan dalam pernikahan yang dijalannya. Sandhya (2009) mendefinisikan kebahagiaan pernikahan sebagai perasaan afektif individu terhadap keseluruhan pernikahannya yang berhubungan kuat dengan kesejahteraan psikologis, moral positif dan depresi. Berdasarkan penjelasan dari Sandhya (2009) dapat diketahui bahwa pasangan yang bahagia dalam pernikahannya akan merasa sejahtera secara psikologis dalam hidupnya. Sebaliknya, pasangan yang tidak bahagia rentan terkena penyakit psikologis seperti kecemasan, depresi, ataupun psikosis (Gottman dan Silver, 2001).

Dilihat dari penjelasan diatas, maka terdapat beberapa indikator yang seharusnya dimiliki setiap pasangan yang menikah. Setiap pasangan yang dapat memenuhi indikator tersebut memiliki peluang yang lebih tinggi untuk bahagia dalam pernikahannya. Adapun indikator tersebut adalah tingkat pengertian yang diterima dari pasangan, jumlah cinta yang diterima, hubungan seksual, pasangan sebagai teman melakukan kegiatan bersama dan kesetiaan pasangan (Dush, Taylor dan Dush, 2008)

Indikator pertama adalah tingkat pengertian yang diterima dari pasangan. Pasangan yang bahagia akan merasa senang dengan pengertian yang diterima dari pasangannya. Pengertian disini artinya adalah seseorang mengetahui hal-hal apa

saja yang disukai dan tidak disukai pasangannya lalu menghargai dan menerimanya (Olson & DeFrain, 2001). Indikator kedua adalah jumlah cinta yang diterima. Setiap pasangan yang bahagia akan merasa senang dengan cinta yang diterima dari pasangannya. Perasaan dicintai ini akan membuat dirinya menjadi bersemangat dan tidak merasa sendirian (Olson & DeFrain, 2001). Indikator ketiga adalah hubungan seksual. Perasaan puas pada kehidupan seksual akan berpengaruh secara positif terhadap kebahagiaan pasangan secara keseluruhan (DeGenova, 2008).

Indikator keempat adalah pasangan sebagai teman dalam melakukan kegiatan bersama. DeGenova (2008) menyatakan bahwa seseorang yang menganggap pasangannya sebagai teman yang menyenangkan dalam melakukan kegiatan bersama, memperoleh kepuasan yang lebih dalam pernikahannya. Pada wanita, hal ini bisa dilihat karena rasa pertemanan dalam hubungan pernikahan merupakan hal penting yang dapat meningkatkan seks, romansa, dan hasrat dalam pernikahannya (DeGenova, 2008). Indikator kelima adalah kesetiaan pasangan. Kesetiaan merupakan bentuk komitmen dari sebuah pernikahan (Olson & DeFrain, 2001). Pasangan yang bahagia akan saling menjaga komitmen yang dibuat serta menaruh kepercayaan pada pasangannya (DeGenova, 2008). Pasangan yang tidak memiliki indikator tersebut dalam pernikahannya memiliki kemungkinan yang kecil untuk membangun pernikahan yang bahagia.

Penjelasan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan pernikahan nampaknya cukup menarik untuk dibahas. Olson dan DeFrain (2001) menyatakan bahwa komunikasi, kedekatan emosional dan kemampuan pasangan

dalam menyelesaikan masalah merupakan tiga hal yang dapat mempengaruhi kebahagiaan pernikahan. Faktor pertama adalah komunikasi. Komunikasi merupakan sebuah cara yang digunakan individu untuk membuat atau berbagi makna baik secara verbal maupun nonverbal (Olson & DeFrain, 2001). Faktor komunikasi ini berhubungan dengan indikator kebahagiaan, yaitu pengertian dan jumlah cinta. Lewat komunikasi setiap pasangan dapat mengekspresikan rasa cinta dan pengertian pada pasangannya. Jika pengekspresian cinta dan pengertian ini dilakukan dengan komunikasi yang tepat, maka setiap pasangan memiliki kesempatan untuk bahagia dalam pernikahannya.

Selain itu komunikasi juga merupakan salah satu cara yang digunakan pasangan untuk saling berinteraksi. Interaksi pasangan berhubungan dengan salah satu indikator kebahagiaan pernikahan, yaitu pasangan sebagai teman melakukan kegiatan bersama. Jika intensitas komunikasi tinggi pada saat pasangan melakukan kegiatan bersama, maka kepuasan pernikahan akan meningkat (DeGenova, 2008). Hal ini disebabkan karena komunikasi memungkinkan pasangan untuk saling berbagi ide, cerita dan perasaan pada pasangannya, sehingga setiap pasangan dapat saling membuka diri.

Faktor kedua yang mempengaruhi kebahagiaan pernikahan adalah kedekatan emosional (Olson & DeFrain, 2001). Olson dan DeFrain (2001) menjelaskan bahwa kedekatan emosional adalah sebuah perasaan antara dua orang yang saling terhubung secara emosional. Faktor kedekatan emosional ini berhubungan dengan indikator kebahagiaan pernikahan, yaitu hubungan seksual dan kesetiaan. Kedekatan emosional membuat pasangan dapat menjaga intimasi

seksual keduanya. Jika intimasi antar pasangan dapat dijaga maka besar kemungkinan keduanya merasa puas dalam kehidupan seksualnya. Selain itu, kedekatan emosional akan membuat dua orang saling terhubung sehingga dapat mengikat keduanya secara bersama. Ikatan antar pasangan inilah yang akan membuat pasangan untuk saling setia menjaga janji yang dibuat.

Faktor ketiga adalah kemampuan pasangan dalam menyelesaikan permasalahan (Olson & DeFrain, 2001). Faktor ini berhubungan dengan indikator kebahagiaan pernikahan, yaitu tingkat pengertian yang diterima pasangan. Kemampuan pasangan dalam menyelesaikan konflik menunjukkan bagaimana mereka mengerti pasangannya. Pasangan yang menggunakan ultimatum dalam menyelesaikan sebuah permasalahan akan membuat pasangannya merasa tidak dimengerti. Perasaan ini muncul karena pasangan yang memberi ultimatum tidak memberikan kesempatan bagi pasangannya untuk mengutarakan apa yang sebenarnya ia butuhkan atau inginkan. Pasangan yang pengertian akan menggunakan negosiasi dalam usaha menyelesaikan masalahnya (DeGenova, 2008).

Ketiga faktor yang disebutkan diatas akan mengurangi atau meningkatkan kebahagiaan pernikahan setiap pasangan. Setiap pasangan baiknya berusaha untuk meningkatkan kebahagiaannya agar tidak berakhir pada perceraian. Previti dan Amato (2003) mengatakan bahwa semakin rendah kebahagiaan pernikahan yang dirasakan seseorang maka semakin tinggi kemungkinan pernikahan tersebut berakhir pada perceraian. Di Indonesia sendiri alasan yang paling banyak ditemui dari pasangan suami istri yang bercerai adalah perselisihan

yang terus menerus terjadi antar pasangan (Arijaya, 2011). Permasalahan ini biasanya dipicu oleh komunikasi yang buruk, ketidakdewasaan dan kurangnya rasa pengertian antara pasangan. Salah satu pasangan selebriti yaitu Camelia Malik dan Harry Capri diketahui bercerai karena alasan ini. Camelia Malik menyatakan bahwa keduanya kerap beradu pendapat dan bertengkar. Rupanya pertengkaran dan cek-cok mulut ini sudah terjadi begitu lama dalam pernikahan keduanya sehingga berakhir pada perceraian (Anggie, 2013).

Pertengkaran ataupun percekocokan yang terus menerus terjadi menunjukkan bahwa pasangan tidak dapat menemukan cara yang tepat dalam mengatasi permasalahan yang terjadi. Gottman dan Silver (2001) menyatakan bahwa pasangan yang bahagia adalah pasangan yang mampu untuk menanggulangi serta mengembangkan strategi dalam mengatasi permasalahan yang terjadi.

Konflik yang terjadi dalam hubungan pernikahan merupakan suatu hal yang normal. Peneliti dan terapis mengatakan bahwa konflik merupakan sesuatu yang tidak dapat dihindari pada hubungan intim bahkan dalam anggota keluarga (Shehan, 2003). Olson dan DeFrain (2001) menambahkan bahwa semakin dekat seseorang mengenal orang lain, semakin besar kemungkinan terjadinya ketidaksetujuan atau perselisihan. Pada pernikahan yang bahagiapun, pasangan suami istri pasti menghadapi banyak masalah (Gottman & Silver, 2001). Pasangan yang dapat menyelesaikan konflik dengan baik akan membuat hubungan diantara keduanya menjadi lebih baik (Henning, 2003).

Ketika konflik tidak terselesaikan maka konflik tersebut akan terus tumbuh berkembang (Olson & DeFrain, 2001). Pertengkaran ataupun perselisihan yang

kerap terjadi dalam waktu yang lama akan menimbulkan rasa jenuh atau tertekan pada masing-masing pasangan. Rasa tertekan yang dihadapi dalam hubungan pernikahannya akan menurunkan kebahagiaan pernikahan seseorang (Mitchell, 2010). Dengan demikian, untuk menjaga kebahagiaan dalam pernikahannya, penting bagi setiap pasangan untuk memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik.

Apabila setiap pasangan memiliki kemampuan yang baik untuk menyelesaikan setiap konflik dalam hubungan pernikahannya, hal ini akan meningkatkan kemungkinan akan terselesaikannya konflik. Jika konflik dapat terselesaikan, maka pasangan tidak lagi merasa tertekan dengan masalah yang terus terjadi dalam hubungan pernikahannya. Pasangan yang tidak lagi merasa tertekan memiliki peluang yang tinggi untuk merasa bahagia dalam pernikahannya. Dan, apabila pasangan merasa bahagia dalam pernikahannya hal ini akan mengurangi kemungkinan pasangan tersebut berakhir pada perceraian.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara resolusi konflik dengan kebahagiaan pernikahan pada pasangan suami istri.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik hubungan antara resolusi konflik dengan kebahagiaan pernikahan pada pasangan suami istri.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis, penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi terkait psikologi keluarga. Penelitian ini juga dapat menjadi satu contoh riil dalam kehidupan berkeluarga.
2. Secara praktis, penelitian ini dapat bermanfaat sebagai informasi ataupun referensi bagi masyarakat Indonesia yang hendak menjalani ikatan pernikahan. Penelitian ini juga bisa dijadikan evaluasi bagi pasangan suami istri yang telah menjalani pernikahan sehingga memungkinkan untuk mencari tindakan lanjut sebagai *follow up* dari hubungan pernikahan mereka.

D. Keaslian Penelitian

Kebahagiaan pernikahan bukanlah suatu hal yang baru dalam penelitian di bidang psikologi. Beberapa penelitian di dunia psikologi telah menggunakan kebahagiaan pernikahan sebagai topik utama penelitiannya. Valentina (2001) meneliti hubungan antara kebahagiaan pernikahan dan persepsi terhadap perselingkuhan pada pasangan suami istri sub etnis batak toba. Subjek penelitiannya adalah pasangan suami istri etnis batak toba yang merupakan jemaat Gereja HKB Tanjung Sari, *Ressort* Tanjung Sari, Medan. Dari penelitian yang dilakukan oleh Valentina diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif antara

kebahagiaan pernikahan dengan persepsi terhadap perselingkuhan pada pasangan suami istri sub etnis Batak Toba.

Penelitian lain yang terkait pernikahan adalah yang dilakukan oleh Sulistyorini (2009). Sulistyorini (2009) meneliti hubungan antara religiusitas dengan kebahagiaan pernikahan. Subjek penelitiannya adalah suami atau istri yang beragama Islam, Kristen atau Katolik. Usia pernikahan pasangan haruslah lebih dari satu tahun. Pasangan suami atau istri harus masih hidup saat penelitian dilakukan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terhadap hubungan positif antara religiusitas dengan kebahagiaan pernikahan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas pasangan suami atau istri, semakin tinggi pula kebahagiaan pernikahan yang ia rasakan. Sebaliknya semakin rendah tingkat religiusitas pasangan, semakin rendah juga kebahagiaan pernikahan mereka.

Penelitian lain terkait kebahagiaan pernikahan adalah yang dilakukan oleh Rayani (2012). Rayani (2012) meneliti dinamika kebahagiaan pernikahan pasangan yang menikah dengan proses perjdohan. Subjek dalam penelitian ini adalah para aktivis tarbiyah yang menikah dengan proses ta'aruf. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah tiga pasang suami istri. Penelitian yang dilakukan oleh Rayani (2012) menggunakan metode kualitatif dengan teknik wawancara dan observasi. Hasil penelitian menemukan bahwa pasangan yang menikah dengan proses perjdohan harus memiliki komitmen yang kuat untuk dapat membentuk keluarga muslim yang sesuai dengan tujuan pernikahan. Dan kebahagiaan pernikahan pada pasangan yang menikah dengan proses perjdohan berawal dari pemenuhan kebutuhan dasar dalam diri pasangan baik psikis maupun fisik.

1. Keaslian Topik

Peneliti menjadikan resolusi konflik sebagai variabel bebas dan kebahagiaan pernikahan sebagai variabel tergantung.

2. Keaslian Teori

Peneliti menggunakan teori tentang pernikahan dari Olson & DeFrain (2001) dan menambahkan beberapa teori dari DeGenova (2008).

3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur yang dibuat sendiri oleh peneliti dalam mengukur kebahagiaan pernikahan. Pengukuran kebahagiaan pernikahan menggunakan indikator-indikator dari Dush, dkk (2008). Sedangkan skala yang digunakan untuk mengukur resolusi konflik, peneliti mengadaptasi alat ukur dari Hening (2003).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah pria atau wanita yang telah menikah. Usia pernikahan minimal satu tahun. Subjek dapat beragama Islam, Kristen, Katolik, Buddha, Hindu dan Konghucu. Saat penelitian dilakukan, subjek masih menjalani hubungannya dalam arti belum bercerai.