

# Strategi *Relational Maintenance* Pasangan Suami Istri yang Menjalani *Long Distance Relationship*

Olivia Charis A. S., Ido Prijana Hadi, Desi Yoanita

Prodi Ilmu Komunikasi, Universitas Kristen Petra Surabaya

[m51416037@john.petra.ac.id](mailto:m51416037@john.petra.ac.id)

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memahami strategi pemeliharaan hubungan atau *relational maintenance* pada pasangan suami istri yang sedang menjalani *long distance relationship*. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan kualitatif.

Pasangan dalam penelitian ini menjalani *long distance relationship* secara tidak terduga di saat sang istri melahirkan bayi kembar secara prematur. Walaupun teknologi membantu dalam *relational maintenance*, namun kehadiran sebagai manusia tetap diperlukan. Adapun kesimpulan yang didapat setelah melakukan penelitian ini adalah dalam menjalani *long distance relationship* hal yang diperlukan adalah pemahaman yang besar terhadap kondisi hubungan itu, serta menunjukkan keterbukaan, kepercayaan, dan keyakinan kepada pasangan agar hubungan pernikahan tetap terpelihara

**Kata Kunci:** *relational maintenance*, *long distance relationship*, pasangan suami istri, studi kasus.

## Pendahuluan

Keinginan untuk dicintai dan mencintai disebut oleh Abraham Maslow (1943) sebagai salah satu kebutuhan dasar manusia (dalam Taormina & Gao, 2013, p. 158). Memiliki pasangan sepadan dan seimbang adalah keinginan dari setiap manusia serta menjadi perintah Tuhan. Seperti firman Tuhan dalam Kejadian 2 ayat 18 “Tuhan Allah berfirman: “Tidak baik, kalau manusia itu seorang diri saja. Aku akan menjadikan penolong baginya, yang sepadan dengan dia”. Serta dalam Kejadian 2 ayat 24 yang menyinggung soal pernikahan, berbunyi “sebab itu seorang laki-laki akan meninggalkan ayah dan ibunya dan bersatu dengan isterinya, sehingga keduanya menjadi satu daging”. Ayat alkitab di atas membicarakan mengenai kehendak Tuhan atas manusia untuk melakukan pernikahan. Oleh sebab itu, manusia perlu menjaga pernikahan yang mereka miliki agar tidak rusak dan tetap berkenan di hadapan Tuhan. Pernikahan merupakan salah satu bentuk ekspresi dari rasa saling mengasihi, saling

mencintai, pertemanan, keamanan, dan keintiman yang dimana di dalamnya terdapat komitmen secara hukum dan agama (Ozyigit, 2017).

Komunikasi yang tepat dan sehat sangat penting untuk menjaga keharmonisan dan membangun kepercayaan terhadap pasangan. Hal ini diungkapkan oleh Brigit Ohlin, seorang pakar dalam interaksi sosial, bahwa komunikasi verbal dan non verbal yang sehat sangat penting untuk membangun hubungan yang romantis dan kuat (Ohlin, 2017). Dalam sebuah penelitian terdahulu, disebutkan jika dalam komunikasi jarak jauh kecil kemungkinannya terjadi pertukaran simbol secara non-verbal, padahal komunikasi non-verbal memegang peranan penting dalam memahami karakter dan emosi pasangan (Santoso, 2010, p.60). Namun komunikasi dengan orang lain yang berada di lokasi yang berdekatan saja dapat berakhir pada kesalahpahaman. Komunikasi pada pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh atau *long distance relationship* (LDR) akan membutuhkan strategi khusus dan rasa saling percaya. Juairiyah (2014) menyebut dalam penelitiannya suami istri yang saling mengerti dan memahami satu sama lain menjadi faktor dalam terus berlangsungnya proses komunikasi jarak jauh.

Dalam penelitian terdahulu tahun 2014 dari Universitas Diponegoro oleh Dewi yang berjudul “Pemeliharaan Komunikasi Antar Pribadi TKW untuk Harmonisasi Keluarga” dijelaskan bahwa untuk memelihara keharmonisan rumah tangga yang terbatas jarak diperlukan keterbukaan informasi, suami dan istri harus saling percaya, saling mengobati, saling menyatukan langkah dan tujuan, tidak berprasangka buruk, dan tidak membesar-besarkan masalah. Namun temuan dalam penelitian Dewi tidak menyebutkan proses komunikasi yang terjadi dalam upaya-upaya tersebut.

Segrin dan Flora (2005) menyebutkan bahwa kepuasan hubungan pernikahan dipengaruhi dari waktu interaksi yang terjadi dalam kegiatan yang dilakukan bersama. Orang yang menghabiskan waktu lebih banyak dengan pasangannya cenderung memiliki hubungan pernikahan yang lebih bahagia. Ketika dalam waktu mendadak pasangan harus terpisah, maka pola interaksi dan komunikasi yang biasanya dilakukan ikut berubah. Oleh sebab itu diperlukan strategi pemeliharaan hubungan agar pernikahan dapat tetap terpelihara.

Dalam penelitian ini telah ditemukan narasumber yang mengalami perubahan situasi dalam pernikahan. Narasumber dalam penelitian ini harus menjalani LDR setelah sebelumnya selama beberapa waktu hidup bersama dalam satu rumah. Pasangan suami istri Aan (nama samaran) (33) dan Lina (nama samaran) (31) telah menjalani LDR sejak tahun 2017. Aan dan Lina harus menjalani LDR karena Aan mendapat promosi pekerjaan di luar kota, tepatnya di daerah Jakarta Utara. Lina mengaku menjalani awal LDR dengan berat, karena pemindahan kerja sang suami ke Jakarta bersamaan dengan kehamilan Lina yang memasuki usia 7 bulan. Hal ini mempengaruhi psikologis Lina yang saat sedang hamil ternyata harus berpisah dengan suami. Lina menjadi bertambah sedih ketika ternyata 1 minggu setelah berpisah jarak dengan suami, Lina harus melahirkan bayi kembarnya secara prematur. Selama LDR Aan dan Lina berkomunikasi melalui *video call* pada jam-jam tertentu. Namun, meskipun teknologi membantu

dalam memelihara hubungan, kehadiran sebagai manusia tetap diperlukan. Oleh karena itulah peneliti ingin mengamati strategi *relational maintenance* yang dilakukan oleh pasangan suami istri yang menjalani *long distance relationship*.

Maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana strategi *relational maintenance* yang terjadi dalam pasangan suami istri yang menjalani hubungan *long distance relationship*?”.

## Tinjauan Pustaka

### Komunikasi Keluarga

Keluarga adalah bentuk kelompok terkecil dalam masyarakat. Turner dan West (2006, p. 9) mendefinisikan keluarga sebagai kelompok orang yang menjalankan relasi dan memiliki aturannya sendiri sesuai dengan interaksi mereka, keterlibatan mereka, peran dan tugas mereka, serta berbagi simbol-simbol yang dapat dimengerti oleh anggotanya, dan hal itu terus berkembang sesuai dengan berjalannya waktu sehingga tiap kelompok tersebut saling berbagi pengalaman masa lalu, berkembang hingga saat ini, dan memiliki masa depan bersama-sama.

Fungsi komunikasi dalam keluarga ialah meningkatkan hubungan antar individu, menghindari dan mengatasi konflik-konflik pribadi dalam keluarga, mengurangi ketidakpastian sesuatu, serta berbagi pengetahuan dan pengalaman dengan orang lain (Cangara, 2009, p.33). Komunikasi keluarga cenderung berfokus pada struktur atau sistem di dalam hubungan antar individu (Vangelisti, 2004). Komunikasi merupakan sarana yang memungkinkan individu untuk mempelajari dan menerapkan strategi untuk mengatasi situasi tertentu yang dialaminya (Mulyana, 2012). Setara dengan itu, Galvin, Braithwaite, and Bylund (2016) mengatakan bahwa komunikasi adalah pusat dari fungsi adaptasi keluarga (p. 43). Komunikasi merupakan faktor krusial dalam keluarga untuk mengatur perubahan atau fleksibilitas. Melalui komunikasi, anggota keluarga belajar untuk menyesuaikan perilaku mereka dalam keluarga (*adaptive behaviors*).

Effendi (2009) mengungkapkan komunikasi merupakan sebuah proses merubah perilaku suatu individu (dalam Midianto, Effendi, 2019, p.5). Berangkat dari teori tersebut, artinya komunikasi adalah suatu alat untuk membuat hubungan dengan individu lain dan juga dapat bertujuan merubah perilaku individu yang mendapatkan pesan tersebut dari sang pengirim pesan (Midianto, 2019, p.5). Praktik komunikasi paling tidak harus melibatkan pertukaran simbol yang kemudian terjadi interpretasi atas simbol tersebut (Koerner & Fitzpatrick, 2002). Lebih lanjut, Koerner dan Fitzpatrick menjelaskan komunikasi adalah proses yang berlangsung terus menerus dan bertahap akibat adanya rangsangan, dan proses tersebut berlangsung di dalam unit sosial (interaksi) dan unit kognitif (sikap, sifat, kebiasaan individu) (Koerner & Fitzpatrick, 2002, p.72). Sedangkan di dalam keluarga, interaksi antar anggota menunjukkan bagaimana anggota keluarga

memelihara struktur dalam keluarga melalui pola ‘respon tiap anggota terhadap aktivitas komunikasi’ (Koerner & Fitzpatrick, 2002, p.73). Dengan demikian dapat diartikan bahwa komunikasi keluarga sebagai proses yang terjadi di dalam pola komunikasi sehari-hari antar anggota keluarga dan dapat membentuk struktur yang disepakati secara beralur dan perlahan oleh anggota keluarga

### **Relational Maintenance**

*Relational maintenance* adalah sebuah kondisi di mana masing-masing individu saling membuat ikatan tertentu dengan cara membentuk kebiasaan dari rutinitas sehari-hari (Galvin, Braithwaite, and Bylund, 2016). *Relationship* atau hubungan secara umum diartikan oleh Wilmot (1995) sebagai kondisi di mana seseorang menganggap seseorang lain menyadari keberadaannya. Sedangkan *maintenance* sendiri berarti usaha seseorang dalam segala situasi untuk menjaga hubungannya tetap berada pada level tertentu sehingga tidak terjadi perubahan yang tidak diinginkan dalam hubungan yang dimaksud (Knapp, 2005, p.251). Hubungan yang terbentuk dapat dimengerti oleh individu melalui sebuah interpretasi. Misalnya untuk membentuk hubungan pernikahan, maka interpretasi seseorang terhadap hubungan tersebut diawali dengan “pria dan wanita yang bertemu sebagai teman, kemudian timbul rasa suka, menjadi sepasang kekasih, dan akhirnya menikah”.

Weigel & Ballard (2008) mengungkapkan bahwa kepuasan dan komitmen pasangan datang bersamaan dengan perilaku pemeliharaan (*maintenance behaviors*) pasangannya (dalam Galvin, Braithwaite, and Bylund, 2016, p. 110). Dengan kata lain perilaku pemeliharaan yang dilakukan seseorang akan mempengaruhi komitmen dan kepuasan pasangannya.

Membangun hubungan pernikahan yang bahagia disebutkan oleh Stafford dan Canary (1994) membutuhkan sebuah proses yang meliputi usaha dari kedua pihak untuk melakukan komunikasi yang sehat, menyesuaikan kebiasaan masing-masing pasangan, usaha untuk memperbaiki masalah, dan juga keinginan dari tiap partisipan untuk melanjutkan hubungan tersebut. Lebih lanjut Stafford dan Canary menuliskan delapan strategi yang dapat dilakukan pasangan dalam upaya pemeliharaan hubungan pernikahan sebagai berikut (dalam Galvin, Braithwaite, and Bylund, Stafford & Canary, 2016, p.109):

1. *Positivity*. Upaya pasangan untuk membangun rasa positif seperti keceriaan dan memberikan semangat, memberikan pujian terhadap pasangan, memberi hadiah, menghindari pertengkaran dan kritikan.
2. *Openness*. Upaya pasangan untuk menjaga kepercayaan satu sama lain, saling memberikan pendapat, mampu berdiskusi dengan baik mengenai sebuah masalah.
3. *Assurances*. Pasangan memberikan kepastian akan kasih sayang, dukungan, dan komitmen yang dijaga dengan baik untuk berlangsungnya kehidupan pernikahan. Poin ini juga termasuk kepastian akan kesetiaan individu untuk tetap berada dalam hubungan dan menjaganya baik-baik.
4. *Understanding*. Meliputi memberikan sikap mendukung, tidak menghakimi, saling memaafkan, dan memaklumi.

5. *Networks*. Keterlibatan dan interaksi dengan anggota keluarga lain dan juga teman dalam kegiatan sehari-hari. Interaksi sosial ini juga berfungsi sebagai *social support* yang berperan dalam menjaga kestabilan hubungan.
6. *Relationship talks*. Berdiskusi dan evaluasi tentang kualitas hubungan yang telah dijalin.
7. *Self-disclosure*. Termasuk keterbukaan dalam perasaan, keterbukaan dalam ketakutan yang dirasakan, meyakinkan individu lain untuk saling berbagi pikiran dan perasaan.
8. *Tasks*. Meliputi berbicara tentang kesepakatan dalam membagi tugas yang adil dalam kehidupan pernikahan.

## Metode

### Konseptualisasi Penelitian

Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode studi kasus. Studi Kasus digunakan untuk memperoleh kedekatan atau pemahaman mendalam dari sebuah fenomena dalam penelitian. Kedekatan bertujuan untuk menghasilkan pemahaman yang berharga dan mendalam yang dimana dapat menghasilkan pembelajaran baru tentang perilaku dalam kehidupan beserta maknanya (Yin, 2012, p.5).

Yin mengungkapkan bahwa metode penelitian studi kasus merupakan satu strategi penelitian yang secara umum lebih cocok digunakan untuk menjawab pertanyaan secara mendalam mengenai “bagaimana” dan “mengapa”, dan apabila batas-batas antara fenomena dan konteks tidak terlihat jelas. Studi kasus dapat dikatakan bukan merupakan suatu metode ilmiah yang spesifik, melainkan lebih merupakan suatu metode yang lazim diterapkan untuk memberikan penekanan pada spesifikasi dari unit-unit atau kasus-kasus yang diteliti. Dengan kata lain metode ini berorientasi pada sifat-sifat unik dari unit-unit yang dijadikan fokus penelitian (Pawito, 2007, p. 140-141).

Karena penelitian ini menyangkut fenomena komunikasi interpersonal antara dua individu yang sudah terjadi dan hal ini menarik minat peneliti untuk melakukan riset, maka metode studi kasus ini cocok untuk digunakan dalam penelitian ini.

### Subjek Penelitian

Subjek dari penelitian ini tidak lain adalah pasangan suami istri yang menjalani kehidupan pernikahan secara *long distance relationship*. Penelitian ini akan menganalisis strategi komunikasi *relational maintenance* yang terjadi antara pasangan suami istri yang telah dijelaskan sebelumnya. Dengan demikian subjek penelitian utama yang dibutuhkan oleh peneliti dalam sebuah penelitian untuk mendapatkan informasi adalah:

Pasangan Aan (nama samaran) dan Lina (nama samaran). Aan dan Lina memulai LDR Jakarta-Sidoarjo sejak tahun 2017. Pada saat itu Lina sedang mengandung dan usia kandungannya yaitu 7 bulan. Lina harus menjalani masa hamil tua dan melahirkan tanpa sosok suami yang mendampingi secara fisik. Aan dan Lina hanya bertemu sekitar satu bulan satu kali karena Aan harus bekerja di Jakarta.

Sedangkan objek dari penelitian ini adalah strategi *relational maintenance* oleh pasangan suami istri yang menjalani pernikahan secara LDR.

### *Analisis Data*

Teknik analisis data kualitatif menggunakan model Miles dan Huberman, yang meliputi tahap pengumpulan data, reduksi data, display data, dan kesimpulan/ verifikasi (Miles & Huberman, 2007). Menurut Anggito dan Setiawan (2018) pada penelitian kualitatif biasanya digunakan pendekatan naturalistik untuk memahami suatu fenomena tertentu. Penelitian kualitatif menekankan pada pemahaman mengenai kehidupan sosial berdasarkan kondisi nyata atau *natural setting* yang holistik, kompleks, dan rinci (p. 9).

## **Temuan Data**

Peneliti menemukan bahwa pasangan Aan dan Lina adalah orang yang terbuka dan apa adanya. Terbukti dari bagaimana Lina dan Aan menjawab pertanyaan peneliti dengan sangat detail, serta tidak malu untuk menceritakan masa lalu keluarga yang tidak indah.

Aan dan Lina menjalani pernikahan jarak jauh bukan atas keinginan mereka. Bahkan selain mereka tidak mengharapkan menjalani pernikahan jarak jauh, masa awal LDR Aan dan Lina juga cukup berat bagi mereka. Pemandangan tugas Aan ke Jakarta oleh kantornya bertepatan dengan kehamilan Lina di usia 7 bulan. Selang 5 hari setelah Aan berada di Jakarta, Aan menerima kabar bahwa Lina harus melahirkan bayi kembar (Twins) secara prematur. Kelahiran Twins ternyata bertepatan dengan tanggal pernikahan Aan dan Lina. Lina pun harus melahirkan Twins secara prematur tanpa kehadiran Aan. Kejadian ini merupakan pengalaman yang berat bagi Aan dan Lina.

Lina mengaku bahasa kasihnya adalah *quality time*. Sebelumnya Lina juga telah mengingatkan Aan untuk mengambil cuti kerja saat usia kandungan Lina memasuki delapan bulan, agar bisa menemani Lina di hari kelahiran. Tapi ketika kejadian itu terjadi (kontraksi-melahirkan) kehadiran Aan sudah tidak terpikirkan oleh Lina. Lina lebih memikirkan keselamatan anak mereka, hubungi si Twins lahir di luar HPL (Hari Perkiraan Lahir). Lina pun meyakinkan dirinya bahwa semuanya terjadi di luar prediksi, jadi lebih penting untuk menjaga pikiran positif dan menjaga kepercayaan satu sama lain.

Setiap hari Aan dan Lina berkomunikasi melalui *video call* pada jam-jam tertentu. Hal itu mereka lakukan karena ingin menjaga peran orang tua tetap ada di mata anak mereka. Terutama karena jarang bertemu terbatas jarak, Aan dan

Lina tidak ingin anak mereka sampai tidak mengenali orangtuanya. Meskipun begitu, Aan dan Lina mengaku berkomunikasi secara tatap muka jauh lebih memuaskan daripada berkomunikasi jarak jauh.

Aan dan Lina memiliki karakter yang berbeda disebabkan latar belakang keluarga yang berbeda pula. Aan orang yang disiplin, berani berbicara di depan umum, dan tegas. Sedangkan Lina lebih fleksibel dan santai. Untuk itu mereka mengaku saling belajar untuk mengimbangi karakter masing-masing agar tidak terjadi pertengkaran. Perbedaan karakter tersebut justru dianggap sebagai kesempatan untuk menajamkan diri masing-masing.

Selama menjalani hubungan jarak jauh, hal yang ditekankan oleh Aan dan Lina untuk memelihara hubungan mereka adalah saling menjaga kepercayaan satu sama lain dan tetap melakukan komunikasi. Keduanya juga saling memberikan *support* seperti mengirimkan barang secara online. Ketika berkomunikasi melalui *video call* Aan pun terlihat bisa membawa suasana menjadi hidup, sehingga suasana komunikasi lebih ringan.

Kondisi pernikahan yang terbatas jarak ini ingin segera diakhiri oleh Aan. Aan mengatakan jika ia memiliki rencana untuk segera bersatu kembali, entah itu keluar dari pekerjaannya yang sekarang atau membawa Lina dan anak mereka pindah ke Jakarta.

Sebelum pandemik Covid-19 muncul, Aan selalu pulang ke Porong sekali dalam satu bulan. Namun karena adanya wabah yang tidak diduga, Aan dan Lina hanya bisa bertemu secara virtual selama penelitian ini dibuat. Untuk melewati masalah tersebut, mereka hanya bisa sabar dan percaya pada Tuhan pasti memiliki rencana.

## Analisis dan Interpretasi

### Saling Memahami Merupakan Kunci dalam *Relational Maintenance* Lainnya

Dari hasil temuan data dapat dilihat bahwa perilaku saling memahami dalam hubungan Aan dan Lina dapat terlihat selama menjalani pernikahan jarak jauh. Saling memahami meliputi memberikan sikap mendukung, tidak menghakimi, saling memaafkan, dan memaklumi. Tiap individu membutuhkan dukungan dan empati untuk meningkatkan kepuasan pada masing-masing pasangan atau anggota keluarga (Galvin, Braithwaite, and Bylund, 2016, p. 154). Memberikan dukungan dan empati artinya memahami secara mendalam (*concern*) tanpa menghakimi orang lain, dapat ditunjukkan dengan sikap ikut merasakan emosi dari individu yang bersangkutan. Dalam peristiwa pernikahan jarak jauh yang dijalani Aan dan Lina, perilaku memahami menjadi kunci dalam *relational maintenance* lainnya.

Dalam wawancara yang telah dilaksanakan, Aan mengucapkan kalimat seperti “*masa sih aku tega selingkuh liat istri udah kesusahan begitu*”. Hal tersebut menunjukkan pemahaman suami mengenai kondisi istri dan berkaitan juga dengan kesetiaan. Setiap hari melakukan *video call* membuat Aan dapat melihat langsung keseharian Lina yang sibuk mengurus anak kembar mereka. Hal

itu dimaknai Aan sebagai tanda bahwa Lina tidak melalaikan keluarganya. Pemaknaan Aan itu akhirnya menimbulkan empati. Empati yang dirasakan Aan kepada Lina membuat Aan menjadi semakin menyayangi Lina. Aan pun dapat memercayai Lina karena rasa empati tersebut. Menunjukkan empati kepada pasangan, seperti yang diungkapkan Galvin, Braithwaite, dan Bylund (2012, p. 154), dapat meningkatkan kepuasan pada pasangan. Empati meliputi perilaku tidak menghakimi dan memberi perhatian khusus (*concern*) terhadap orang lain. Keseharian Lina ditangkap sebagai bahasa non-verbal yang positif oleh Aan, yang menimbulkan munculnya *assurances* dalam diri Aan. Secara tidak langsung tindakan Lina telah meyakinkan Aan bahwa Lina serius dalam menjaga pernikahannya dengan Aan, sehingga Aan pun tidak akan berkhianat. Begitulah kaitan perilaku saling memahami dengan *assurances* dalam hubungan Aan dan Lina.

Selama menjalani hubungan jarak jauh, Lina dan Aan terbuka dan berbagi cerita satu sama lain melalui *video call*. Di sela-sela komunikasi Aan dan Lina setiap hari, Lina sering mengirimkan foto dan video Twins ke Aan. Saat melakukan *video call* juga Lina pasti mengajak Twins. Perilaku tersebut termasuk dalam *positivity* karena foto dan video Twins merupakan “hadiah” atau “penyemangat” bagi Aan. Tindakan Lina tersebut disebabkan adanya pemahaman Lina terhadap kondisi hubungan mereka yang dibatasi jarak. Aan tidak bisa setiap hari melihat anak-anaknya, pasti Aan akan senang jika melihat video lucu si Twins. Pemahaman itu dapat dilihat dari kalimat Lina saat wawancara “*Iyaa... Pasti itu... Kan cece sama ko Aan kan LDR. Secara batin orang tua mana ada yg ga kangen sama anak n istri (yg ketemu cuman 1bulan sekali), dan pastinya pingin lebih tau perkembangan anak ya... Kan bisa dilihat dari fisik... (Anak ku tambah gemuk apa kurus, pola bahasa nya uda lancar apa nda... Kan bisa dinilai dari vidcall)*”. Begitulah perilaku saling memahami dari Lina yang diwujudkan dalam memberi *positivity* pada Aan. Gurauan yang Aan lakukan dengan Lina juga merupakan tindakan positif karena membawa keceriaan dan rasa senang yang ditunjukkan dengan tawa dari Lina dan Aan. *Positivity* sendiri merupakan upaya untuk membangun rasa positif seperti keceriaan dan memberikan semangat, memberikan pujian terhadap orang lain, memberi hadiah, menghindari pertengkaran dan kritikan.

Selain itu, Aan dan Lina adalah pasangan dengan karakter dan kepribadian yang bertentangan. Mereka memahami bahwa karakter mereka terbentuk karena latar belakang keluarga yang berbeda pula. Meskipun begitu, perbedaan karakter tersebut dapat dimaklumi Aan dan Lina dengan baik. Untuk itu, Lina mengaku harus bisa mengimbangi sifat suaminya dan berusaha menenangkan Aan ketika sifat dominannya mulai muncul. Begitu juga sebaliknya, Aan memahami bahwa Lina bukan orang yang terorganisir seperti dirinya, sehingga Aan juga tidak ambil pusing dengan hal tersebut. Karena itu, ketika dalam suatu saat mereka mendapati suatu hal yang tidak menyenangkan, baik Aan maupun Lina akan berusaha untuk tetap terbuka dan menyampaikan ketidaksukaan mereka dengan cara yang baik. Hal ini termasuk dalam *openness* karena keterbukaan menurut Stafford & Canary (1991) juga meliputi apakah antara individu yang satu dengan yang lain tidak malu terhadap kekurangan mereka masing-masing.

### **Openness Berkaitan dengan Self-Disclosure**

Johnson (2008) mengungkapkan, anggota keluarga perlu mempertimbangkan kapan dan bagaimana menunjukkan keterbukaan serta memberi batasan terhadapnya (*privacy boundaries*) (dalam Galvin, Braithwaite, and Bylund, 2016, p 120). Walaupun Aan khawatir dengan kondisi kesehatan Lina di masa pandemik Covid-19, namun dengan sengaja Aan hanya menunjukkan kabar baik kepada Lina dan tidak menyampaikan kekhawatirannya, bukan bermaksud tidak terbuka namun mempertimbangkan batasan dan dampak yang mungkin akan terjadi. Aan menerapkan batasan (*privacy boundaries*) dalam memberikan informasi kepada Lina. Hasilnya adalah, Lina merasa aman dan lega karena Aan terlihat baik-baik saja melalui *video call*.

Melalui penjelasan di atas, peneliti menilai bahwa dalam hal tertentu, Aan kurang terbuka kepada Lina mengenai perasaan yang dia rasakan. Namun Aan tidak dengan sengaja menutup-nutupi atau menyembunyikan hal-hal dari Lina. Hal yang tidak Aan katakan merupakan upaya untuk menjaga *self-disclosure*. Aan tetap bersikap terbuka kepada Lina.

*Self-disclosure* berbicara tentang kepercayaan dan rasa aman individu terhadap pasangannya. Pemahaman (*understanding*) Aan dan Lina dalam mengatur hal *openness* juga dapat dilihat dari keputusan Aan untuk tidak menunjukkan kekhawatirannya terhadap Lina selama masa pandemi Covid-19. Daripada menunjukkan kekhawatirannya, Aan lebih memilih untuk menunjukkan kabar baik kepada Lina. Hal tersebut membuat Lina menjadi tidak khawatir terhadap kondisi kesehatan Aan di Jakarta. Hal yang dilakukan Aan tersebut dinilai peneliti sebagai perilaku seleksi informasi, di mana keterbukaan perlu dipertimbangkan apakah perlu dan sesuai dengan individu yang dituju. Apakah dengan menceritakan hal tersebut berdampak baik atau sebaliknya, perlu dipertimbangkan baik-baik.

Selain itu terdapat unsur *openness* ketika individu menyampaikan rasa tidak setuju terhadap orang lain. Namun dalam menyampaikan keterbukaan, individu perlu memperhatikan hal tersebut karena dapat mempengaruhi *self-disclosure*. Aan dan Lina saling mengetahui karakter, kelemahan, dan kelebihan masing-masing. Sifat Aan yang gampang terpancing amarahnya, tidak disukai oleh Lina. Namun Lina dapat menyampaikan rasa tidak suka tersebut kepada Aan dengan cara yang baik. Sehingga Aan pun dapat menerima pesan tersebut dan memberi *feedback* dengan baik. Pada akhirnya Aan memahami jika ia harus mengatur temperamennya karena Lina tidak suka jika ia masih mudah naik darah. Peran *openness* dan *self-disclosure* yang berkaitan ini akhirnya dapat membuat keakraban (*intimacy*) pasangan semakin dalam. Karena dari perilaku terbuka yang dilakukan individu, dapat meyakinkan pasangannya dalam terpeliharanya hubungan mereka. Komunikasi yang terbuka dan interaksi yang sehat antara suami istri sangat diperlukan untuk mempertahankan kerekatan rumah tangga. Ini karena kepercayaan dapat dibentuk dari keterbukaan antar anggota keluarga. Sedangkan kepercayaan merupakan salah satu elemen penting dalam membina hubungan.

## Perilaku Memahami dan Percaya dapat Menekan Potensi Konflik

Lina diketahui sebagai wanita yang lebih menghargai kehadiran dan sentuhan fisik. Namun, Lina terpaksa melahirkan Twins tanpa kehadiran Aan karena Twins lahir di luar HPL. Konsep kehadiran atau “ada di sini” bagi pasangan, sangatlah penting. Kehadiran dipahami sebagai bagian dari keintiman; hal tersebut meliputi kehadiran secara fisik, emosi, dan kognitif (dalam Galvin, Braithwaite, and Bylund, Foley & Duck, 2016, p. 127). Meskipun melahirkan tanpa kehadiran Aan, pemahaman Lina terhadap kondisi pernikahannya yang terbatas jarak ini sangatlah tinggi. Memahami jika sebenarnya Aan bukan dengan sengaja tidak hadir di sampingnya, namun karena kejadian tersebut terjadi secara mendadak. Hal yang sering diucapkan Lina selama wawancara adalah menekankan bahwa yang terpenting selama terpisah oleh jarak adalah mempertahankan kepercayaan dan terus berpikir positif.

“*pokoke dibuat positive thinking dan percaya aja...*” (Lina, personal communication, May 25, 2020)..

Pikiran positif yang ditunjukkan seseorang disebutkan Segrin (2005) dapat mengurangi tingkatan stress dalam keluarga. Tiap keluarga akan mengalami kejadian tertentu (*stressful events*) yang dapat memunculkan reaksi berbeda pada tiap individu. Jika individu dapat menilai dan menanggapi kejadian (*stressful events*) tersebut dari sisi positifnya, maka tingkat stress dalam keluarga akan menjadi lebih rendah (p. 215). Level stress yang rendah akan menimbulkan rasa senang, damai, dan nyaman, sehingga hubungan yang dipelihara menjadi bertahan lama. Berangkat dari penjelasan di atas, peneliti melihat bahwa hubungan antara Aan dan Lina memiliki tingkat stress yang rendah walaupun menjalani LDR (*stressful events*), karena Aan dan Lina saling memahami dan mampu memikirkan hal positif selama menjalani hubungan jarak jauh. Oleh karena itu, tingkat konflik dalam hubungan Aan dan Lina menjadi rendah.

Mengenai perbedaan karakter pun Aan dan Lina saling memahami hal tersebut dan menerima perbedaan satu sama lain. Penerimaan berbicara tentang kesediaan individu untuk mendengarkan hal yang tidak ingin ia dengarkan atau berusaha memahami perspektif pasangan bahkan ketika ia tidak menyetujui perspektif tersebut. Dengan begitu, pemahaman Aan dan Lina terhadap perbedaan karakter satu sama lain juga mempengaruhi keterbukaan mereka. Meskipun memiliki perbedaan karakter, mereka tetap terbuka dan dapat memaklumi jika ada gesekan yang disebabkan oleh perbedaan tersebut. Mereka pun saling menerima keunikan yang dimiliki oleh masing-masing Aan dan Lina, bahkan konflik mereka anggap sebagai alat untuk berkembang. Sikap saling memahami dan rasa percaya yang tinggi pada pasangan ini juga akhirnya mengarah pada tindakan positif (*positivity*) yang menimbulkan rasa percaya (*self-disclosure*) untuk saling terbuka (*openness*) yang mampu meminimalisir konflik dan memelihara hubungan pernikahan Aan dan Lina.

## Simpulan

Dalam penelitian ini, peneliti menemukan tidak semua aspek *relational maintenance* dilakukan oleh pasangan suami istri yang menjadi informan penelitian. Hal yang paling menonjol dalam kaitannya dengan *relational maintenance* pasangan suami istri ini adalah *understanding*, *openness*, *self-disclosure*, *positivity*, dan *assurances*. Meninjau dari hasil penelitian ini, maka strategi *relational maintenance* yang efektif diterapkan dalam pernikahan jarak jauh adalah *understanding*, *openness*, *self-disclosure*, *positivity*, dan *assurances*.

Dalam pernikahan pasangan ini, peneliti melihat *understanding* yang besar sehingga *understanding* menjadi kunci dalam *relational maintenance* lainnya. Pemahaman Aan dan Lina terhadap kondisi hubungan mereka menghasilkan kualitas komunikasi yang sehat dalam pernikahan mereka. Tindakan memaklumi dan memahami dapat dilihat dari bagaimana mereka berusaha menjaga pikiran positif, saling terbuka dan saling percaya satu sama lain, serta melakukan tindakan-tindakan yang dapat menyemangati satu sama lain.

Kepercayaan dan keterbukaan juga menjadi faktor dalam meminimalisir konflik dalam hubungan pasangan suami istri yang terpisah jarak ini. Aan dan Lina selalu menjaga pikiran mereka untuk tidak saling curiga dan sepenuhnya mempercayakan keutuhan hubungan mereka kepada satu sama lain. Tidak curiga adalah salah satu bukti kepercayaan.

Pikiran positif mampu mengatasi peristiwa tidak enak (*stressful events*) sehingga potensi timbulnya konflik pun menjadi berkurang. Rendahnya konflik dapat menimbulkan keakraban (*intimacy*) dalam hubungan pernikahan. Karenanya, timbullah *assurances* dan *self-disclosure* dalam diri mereka, yang membuat mereka merasa harus lebih berupaya untuk memelihara keharmonisan pernikahan mereka.

Diharapkan penelitian yang mengangkat tema komunikasi keluarga ini dapat dikembangkan lebih lagi dari segi analisis dan dapat memunculkan penemuan baru dari sisi lain fenomena ini. Seperti misalnya peran bahasa non-verbal dalam komunikasi melalui *video call* antara pasangan suami istri yang menjalani *long distance relationship*. Selain itu peneliti juga menyarankan untuk mencari informan yang memiliki latar belakang berbeda seperti misalnya perbedaan suku dan budaya, agar generalisasi menjadi lebih valid. Penelitian ini juga dapat dilakukan dengan pendekatan kuantitatif menggunakan metode survei pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh, untuk mengetahui tingkatan keterbukaan dan pemahaman dalam pasangan yang menjalani *long distance relationship*.

## Daftar Referensi

- Anggito, A. & Setiawan, J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Sukabumi: CV Jejak.
- Cangara, H. (2009). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Dewi, S. K. C. (2014). *Pemeliharaan Komunikasi Antar Pribadi Tkw untuk Harmonisasi Keluraga*. Semarang: Universitas Diponegoro.

- Galvin, K. M., Braithwaite, D. O., Bylund, C. L. (2016). *Family Communication Cohesion and Change 9th ed.* New York: Routledge.
- Koerner, A. F. & Fitzpatrick, M. A. (2002). Toward a Theory of Family Communication. *Communication Theory*, 12 (1), 70-91.
- Knapp, M. L. (2005). *Interpersonal Communication and Human Relationship*. USA: Pearson Education Inc.
- Mulyana, D. (2012). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Midianto, F. D. (2019). *Keterbukaan Komunikasi Interpersonal terhadap Semangat Kerja (studi kuantitatif eksplanatif di kalangan pimpinan dan karyawan PT. ADETEX Bandung)*. Solo: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ohlin, B. (2017, August 25). *7 Ways to Improve Communication in Relationships*. Retrieved February 14, 2020, from PositivePsychology.com: <https://positivepsychology.com/communication-in-relationships/>
- Ozyigit, M. K. (2017). The Meaning of Marriage According to University Students: A Phenomenological Study. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 679-711.
- Santoso, A. S. (2010). *Proses Komunikasi Interpersonal dalam Memelihara Hubungan Jarak Jauh*. Surabaya: Universitas Kristen Petra.
- Segrin, C. & Flora, J. (2005). *Family Communication*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Taormina, R. J. & Gao, J.H. (2013). Maslow and the Motivation Hierarchy: Measuring Satisfaction of the Needs. *The American Journal of Psychology*, 126 (2), 155-177.
- Turner, L. H. & West, R. (2006). *Perspective on Family Communication*. Boston: McGraw Hill
- Vangelisti, A. L. (2004). *Handbook of Family Communication*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Vangelisti, A. L. & Huston, T. L. (1994). Maintaining Marital Satisfaction and Love. In D. J. Canary & L. Stafford, *Communication and Relational Maintenance* (pp. 165-186). Bingley: Emerald Group Publishing Limited.
- Yin, R. K. (2012). *Applications of Case Study Research*. Los Angeles: Sage Publication.