

PENGARUH GAYA RESOLUSI KONFLIK DAN PENYESUAIAN PERKAWINAN DENGAN KEBAHAGIAAN PADA PASANGAN SUAMI ISTRI YANG MENJALANI HUBUNGAN JARAK JAUH

¹⁾ Rina Rifayanti, ²⁾ Diana

¹⁾ Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman Samarinda
email: rifayanti.r@gmail.com

³⁾ Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas 17 Agustus Samarinda
email: diana.fisip@gmail.com

ABSTRACT. *This study aims to determine the Effect of Conflict Resolution Style and Adaptation of Marriage to Happiness on Couples Who Have Long-Distance Relationships. The type of research from this thesis is quantitative research. The sample in this study was 100 employees. The type of data used in this study is a questionnaire. The data obtained were analyzed using the full model regression test. Data analysis techniques using SPSS version 20 for Windows. The results of this study indicate that there is a relationship between the style of conflict resolution, marriage adjustment, and happiness has a very significant relationship with the value of $F_{count} = 22.605 > F_{table} = 3.09$, $R^2 = 0.318$, and $p = 0.000 < 0.050$. The first conclusion, there is the influence of conflict resolution styles and marital adjustments to happiness in couples who undergo long-distance relationships. Second, there is the influence of the conflict resolution style on happiness in couples who undergo long-distance relationships. Third, there is the effect of marital adjustment on happiness in couples who undergo long-distance relationships*

Keywords: *conflict resolution, marriage adjustment, partner happiness, long distance relationships*

INTISARI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Gaya Resolusi Konflik Dan Penyesuaian Perkawinan Terhadap Kebahagiaan Pada Pasangan Suami Istri Yang Menjalani Hubungan Jarak Jauh. Jenis penelitian dari tesis ini adalah penelitian kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah 100 orang karyawan. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji regresi model penuh. Teknik analisis data menggunakan SPSS versi 20 for windows. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara gaya resolusi konflik, penyesuaian pernikahan, dan kebahagiaan memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan nilai $F_{hitung} = 22.605 > F_{tabel} = 3.09$, $R^2 = 0.318$, dan $p = 0.000 < 0.050$. Kesimpulan pertama, Ada pengaruh gaya resolusi konflik dan penyesuaian perkawinan terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh. Kedua, Ada pengaruh gaya resolusi konflik terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh. Ketiga, Ada pengaruh penyesuaian perkawinan terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh.

Kata kunci: resolusi konflik, penyesuaian perkawinan, kebahagiaan pasangan, hubungan jarak jauh.

1 PENDAHULUAN

Komposisi keluarga dibangun oleh kekuatan inti, ayah (suami), ibu (istri), dan anak. Masing-masing mereka memiliki peran. Dari peran-peran itulah tercipta harmonisasi yang dapat memperkokoh pilar rumah tangga. Jika diantara ayah, ibu, dan anak mampu menjalankan perannya dengan baik maka pernikahan itu akan menjadi keluarga yang sukses sehingga tercipta masyarakat yang sukses pula. Sudah tentu, gagalnya suatu pernikahan yaitu kegagalan dan keretakan rumah tangga yang dapat menyebabkan

kerugian moral dan materi yang besar bagi individu dan masyarakat.

Kehidupan dalam pernikahan dapat dilakukan dengan dua cara yakni pernikahan jarak jauh (*long distance marriage/commuter marriage*) ataupun tinggal dalam satu rumah (*proximal marriage*). Karena berbagai alasan seperti faktor ekonomi, karir, ataupun pendidikan tak jarang pasangan suami istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Pernikahan jarak jauh adalah pria wanita dalam pernikahan yang mempunyai dua karir, dimana masing-masing memiliki keinginan untuk mempertahankan pernikahan namun secara sukarela juga memilih untuk menjaga karir sehingga

pasangan tersebut merasakan adanya komitmen yang kuat Rhodes (Marini & Julinda, 2008).

Pasangan yang dianggap baik menurut laki-laki dan perempuan, sebenarnya dalam rangka untuk memperoleh kepuasan dalam perkawinan. Dengan adanya rasa kepuasan dalam perkawinan selanjutnya akan mendorong masing-masing pasangan untuk mempertahankan perkawinannya. Mempertahankan perkawinan berkaitan dengan rasa cinta. Sesuai dengan pandangan Sternberg (dalam Santrock, 2002) yang mengatakan bahwa cinta yang penuh perasaan sebenarnya terdiri atas dua tipe cinta: keintiman dan komitmen. Komitmen perkawinan menurut Sternberg adalah penilaian kognitif seseorang atas hubungan dan niatnya untuk mempertahankan hubungan bahkan ketika menghadapi masalah. Komponen komitmen perkawinan melibatkan keputusan jangka pendek bahwa seseorang mencintai yang lain dan sepakat untuk memelihara cinta itu. Dengan komitmen perkawinan berbagai kasus perceraian baik yang terjadi karena diceraikan oleh suami atau sebaliknya pihak istri yang menggugat suaminya tidak akan terjadi.

Perubahan-perubahan yang terjadi setelah perkawinan seringkali menimbulkan berbagai macam permasalahan dalam kehidupan perkawinan, bahkan berakhir dalam perceraian. Tingkat perceraian di Indonesia meningkat dari tahun ke tahun. Hal tersebut tampak dari data yang diterima ROL dari data Kementerian Agama (Kemenag). Pada tahun 2010, peristiwa pernikahan di Indonesia sebanyak 2.207.364. Adapun peristiwa perceraian meningkat tiga persen dari tahun sebelumnya yakni berjumlah 285.184 peristiwa. Pada tahun 2011, terjadi peristiwa nikah sebanyak 2.319.821 sementara peristiwa cerai sebanyak 158.119 peristiwa. Berikutnya pada 2012, peristiwa nikah yang terjadi yakni sebanyak 2.291.265 peristiwa sementara yang bercerai berjumlah 372.577. Pada pendataan terakhir yakni 2013, jumlah peristiwa nikah menurun dari tahun sebelumnya menjadi 2.218.130 peristiwa. Namun tingkat perceraianya meningkat menjadi 14,6 persen atau sebanyak 324.527 peristiwa (News Republika)

Menghindari terjadinya perceraian dalam sebuah pernikahan, sebagai langkah pencegahan yang diperlukan adalah mencari resolusi konflik. Salah satu bentuk dari resolusi konflik dalam pernikahan adalah komitmen perkawinan (Fincham, Beach, & Davila, 2004). Komitmen perkawinan juga dikatakan dapat membantu penyesuaian dalam sebuah perkawinan (Hope dalam Wardhati dan Faturochman, 2006), dalam hal ini adanya komitmen perkawinan akan membantu pasangan suami-istri untuk saling memahami

kelebihan dan kekurangan pasangannya, sehingga kemudian mereka mampu melakukan penyesuaian satu-sama lain dan mempertahankan pernikahannya. Sebagai salah satu faktor yang berkontribusi penting bagi panjangnya usia pernikahan, adanya komitmen perkawinan tentu menjadi penting bagi suami atau istri untuk memperbaiki kembali hubungan pernikahan mereka agar tetap bertahan (Fenell, dalam Fincham dkk 2004).

Dari sekian banyak penghambat dalam penyesuaian perkawinan yang terjadi yaitu tidak bisa menerima perubahan sifat dan kebiasaan pasangan sejak awal pernikahan, salah satu pasangan merasa pasangannya tidak mampu menyelesaikan masalah dan tidak ada inisiatif untuk menyelesaikannya, pembagian tugas dalam rumah tangga yang tidak saling menerima tugas tersebut, adanya campur tangan keluarga yang sangat kuat dalam perkawinan, kembalinya pasangan saling mengukuhkan pendapat dan pemi kirannya seperti sebelum menikah (Anjani & Suryanto, 2006). Mampu tidaknya pasangan melakukan penyesuaian perkawinan menurut Prabowo (2003) dipengaruhi oleh kesepakatan, komunikasi, dan kualitas dari hubungan perkawinan antar pasangan. Selanjutnya Hurlock (1980) mengatakan semakin banyak pengalaman dalam hubungan interpersonal antara pria dan wanita yang diperoleh pada masa lalu, maka makin besar pengertian wawasan sosial yang telah mereka kembangkan, dan semakin besar kemauan mereka untuk bekerja sama dengan sesamanya, sehingga semakin baik mereka menyesuaikan diri satu sama lain dalam perkawinan.

Penelitian oleh Prouty et al (2000) yang dilakukan di California menunjukkan rendahnya penyesuaian pasangan pada 70 pasangan suami isteri yang sedang menjalani terapi perkawinan. Selain itu ditemukan pula bahwa penyesuaian pada pasangan yang memutuskan untuk mempertahankan perkawinan lebih baik daripada yang memutuskan untuk bercerai.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penelitian bertujuan untuk meneliti tentang bagaimana Pengaruh Gaya Resolusi Konflik Dan Penyesuaian Perkawinan Terhadap Kebahagiaan Pada Pasangan Suami Istri Yang Menjalani Hubungan Jarak Jauh.

2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengertian Kebahagiaan

Veenhoven menyatakan bahwa kebahagiaan berkaitan dengan sejauh mana kualitas hidup seseorang. Pendapat lain menurut pendapat lain mengenai kebahagiaan adalah kebahagiaan ditandai

dengan keberadaan tiga komponen, yaitu emosi, positif, kepuasan, dan hilangnya emosi negatif seperti depresi atau kecemasan (Abdel-Khalek, 2006). Lebih lanjut menurut Seligman (2005) dalam bukunya yang berjudul *Authentic Happiness*, menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut.

2.2 Resolusi Konflik

Resolusi konflik adalah suatu usaha untuk menangani sebab-sebab konflik serta berusaha untuk membangun hubungan baru yang dapat bertahan lama didalam kelompok-kelompok yang mengalami konflik (Fisher, dalam Wahyudi, 2009). Aspek-aspek yang dapat mempengaruhi individu dalam memahami dan meresolusi sebuah konflik meliputi keterampilan berkomunikasi, kemampuan menghargai perbedaan, kepercayaan terhadap sesama, dan kecerdasan emosi (Scannell, dalam Utami dan Mariyati, 2015).

2.3 Penyesuaian Perkawinan

Penyesuaian pernikahan akan terus dilakukan dalam kehidupan pernikahan, terlebih dimasa awal pada tahun pertama dan kedua pernikahan sangat diperlukan penyesuaian antara suami dan istri. Menurut Spanier (dalam Bahana, 2015) penyesuaian pernikahan adalah keterampilan sosial yang diperlukan bagi pasangan yang meraih kebahagiaan atau kepuasan pernikahan. Sedangkan menurut Lasswel (dalam Bahana, 2015), penyesuaian pernikahan berarti pasangan suami istri belajar untuk mengakomodasi kebutuhan, keinginan, dan harapan untuk tercapainya kebahagiaan dalam hubungan.

2.4 Hubungan Jarak Jauh

Dari hasil penelitian Hotl & Stone dapat disimpulkan bahwa hubungan jarak jauh merupakan sebuah proses seseorang dengan pasangan yang berada di tempat yang berbeda baik jarak dan fisik, telah menjalani hubungan jarak jauh minimal 6 bulan dan memiliki intensitas pertemuan yang minimal satu kali dalam satu bulan. Hubungan jarak jauh semakin banyak dilakoni, hubungan yang dimaksud disini adalah pasangan suami istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Long Distance Relationship (LDR) adalah suatu keadaan dimana sepasang suami istri dalam suatu keluarga tetapi dipisahkan oleh jarak yang bisa terbilang jauh, terhalang oleh ruang dan waktu. Dengan begitu keluarga akan jarang bertemu. Mungkin sampai salah satu dari mereka berada di suatu tempat yang sama atau tidak berjauhan dengan pasangan

yang satunya lagi. Kondisi ini yang tidak disukai kebanyakan orang. Karena dengan adanya jarak yang jauh akan membuat mereka sulit dan jarang untuk bertemu (Hasanah, 2015).

2.5 Hipotesis

Hipotesis awal dari penelitian ini adalah:

Ada pengaruh gaya resolusi konflik dan penyesuaian perkawinan terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh.

H₁ : Ada pengaruh gaya resolusi konflik terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh

H₁ : Ada pengaruh penyesuaian perkawinan terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh.

H₀ : Tidak ada pengaruh gaya resolusi konflik dan penyesuaian perkawinan terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh.

H₀ : Tidak ada pengaruh gaya resolusi konflik terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh.

H₀ : Tidak ada pengaruh penyesuaian perkawinan terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh.

3 METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Adapun jenis penelitian dari tesis ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Sugiyono (2010) penelitian kuantitatif merupakan penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungan-hubungannya. Adapun pendekatan yang digunakan adalah korelasi dan komparasi yaitu suatu penelitian yang digunakan untuk mengetahui pengaruh dan perbedaan keberadaan variabel yang diteliti yaitu variabel terikat kebahagiaan, variabel variabel bebas gaya resolusi konflik dan penyesuaian perkawinan (Sugiyono, 2010).

3.2 Populasi dan Tehnik Pengambilan Sampel

Populasi penelitian merupakan keseluruhan dari objek penelitian (Sugiyono, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasangan suami istri, yang bertugas diluar kota yang melakukan hubungan jarak jauh berjumlah 100 orang karyawan. Tehnik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive* sampling yang artinya setiap subyek yang menjalani hubungan jarak jauh diberi kesempatan yang sama untuk menjadi sampel penelitian. Total

sampel dalam penelitian ini adalah 100 orang karyawan.

3.3 Jenis dan Sumber Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan data primer, yakni data yang diperoleh langsung dari sumber atau objek penelitian. Data primer ini diperoleh melalui kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2010).

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu:

1. *Library research* (penelitian kepustakaan) yaitu mengumpulkan dan mempelajari bahan dari literatur yang berhubungan dengan penelitian.
2. *Field Work research* (penelitian lapangan) yaitu penelitian langsung ke lokasi yang menjadi objek penelitian sebagai berikut:
 - a. Observasi, Suatu studi yang disengaja dan sistematis tentang fenomena sosial dan gejala psikis dengan jalan pengamatan dan pencatatan. Metode ini digunakan untuk mengamati keadaan responden yang tidak secara mudah dapat ditangkap melalui metode wawancara.
 - b. Wawancara/*interview*, Suatu percakapan yang diarahkan pada suatu masalah tertentu. Hal ini merupakan proses tanya jawab lisan dimana dua orang atau lebih berhadapan secara fisik. Hal ini dilakukan untuk mendukung data pada penelitian awal.
 - c. Skala, Suatu penelitian mengenai suatu masalah yang dilakukan dengan jalan mengedarkan suatu pertanyaan berupa formulir, diajukan secara tertulis kepada responden untuk mendapatkan jawaban tertulis.

3.5 Teknik Analisa Data

Sesuai dengan tujuan penelitian, data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji regresi model penuh untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dan kemampuan prediksi antara variabel bebas *conflik resolution* dan penyesuaian perkawinan terhadap variabel terikat kebahagiaan. Sebelum dilakukan uji regresi, Keseluruhan teknik analisis data menggunakan SPSS versi 20 *for windows*.

4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Karakteristik Responden

Individu yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah pasangan suami-istri yang melakukan hubungan jarak jauh sebagai berikut.

Tabel. 1 Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin

| Aspek | Jenis Kelamin | Frekuensi | Presentase |
|---------------|---------------|------------|------------|
| Jenis Kelamin | Laki-laki | 33 | 33% |
| | Perempuan | 67 | 67% |
| Jumlah | | 100 | 100 |

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa rata-rata jenis kelamin anggota pasangan suami-istri yang menjadi sample penelitian ini adalah Laki-laki dengan sampel sebesar 33 orang atau sekitar 33 persen dan perempuan dengan sampel sebesar 67 orang atau sekitar 67 persen.

Tabel. 2 Distribusi Responden Menurut Status Pernikahan

| Aspek | Status | Frekuensi | Presentase |
|-------------------|---------|------------|------------|
| Status pernikahan | Menikah | 100 | 100 % |
| | Janda | 0 | 0 % |
| | Duda | 0 | 0 % |
| Jumlah | | 100 | 100 |

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa status pernikahan pada pasangan suami-istri yang menjadi sample penelitian ini adalah menikah dengan sampel sebesar 100 orang atau sekitar 100 persen, dan untuk status pernikahan duda atau janda mendapatkan 0 orang atau 0 persen.

Tabel. 3 Distribusi Responden Menurut Umur

| Aspek | Status | Frekuensi | Presentase |
|---------------|---------|------------|------------|
| Umur | 20 – 24 | 3 | 3 % |
| | 25 – 29 | 30 | 30 % |
| | 30 – 34 | 41 | 41 % |
| | 35 – 39 | 21 | 21 % |
| | 40 – 44 | 3 | 3 % |
| | 45 – 49 | 2 | 2 % |
| Jumlah | | 100 | 100 |

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa status pernikahan pada pasangan suami-istri yang menjadi sample penelitian status umur 20 - 24 sampel sebesar 3 orang atau sekitar 3 persen, umur 25 – 29 sampel sebesar 30 orang atau sekitar 30 persen, status umur 30 – 34 sebesar 41 orang atau sekitar 41 persen, umur 35 – 39 sebesar 21 orang atau sekitar 21 persen, umur 40 – 44 sebesar 3 orang atau sekitar 3 persen, dan 45 – 49 sebesar 2 orang atau sekitar 2 persen

4.2 Hasil Uji Deskriptif

Deskriptif data digunakan untuk menggambarkan kondisi sebaran data pada pasangan suami-istri yang menjalani hubungan jarak jauh. Rerata empiris dan rerata hipotesis diperoleh dari respon sampel

penelitian melalui tiga skala penelitian yaitu skala kebahagiaan, gaya resolusi konflik, dan penyesuaian

pernikahan. Rerata empirik dan rerata hipotetik penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4. Rerata Empirik dan Rerata Hipotesis

| Variabel | SD Empirik | Mean Empirik | SD Hipotetik | Mean Hipotetik | Status |
|------------------------|------------|--------------|--------------|----------------|--------|
| Kebahagiaan | 5.863 | 69.12 | 50 | 10 | Tinggi |
| Gaya resolusi konflik | 9.896 | 99.25 | 87.5 | 17.5 | Tinggi |
| Penyesuaian pernikahan | 7.303 | 65.16 | 50 | 10 | Tinggi |

Melalui tabel 4 diketahui gambaran sebaran data pada subjek penelitian secara umum pada pasangan suami-istri yang mengalami hubungan jarak jauh. Berdasarkan hasil pengukuran melalui skala kebahagiaan yang

telah diisi diperoleh rerata empirik 69.12 lebih tinggi dari rerata hipotesis 50 dengan kategori tinggi. Adapun sebaran frekuensi data untuk skala kebahagiaan tersebut sebagai berikut:

Tabel 5. Kategorisasi Skor Kebahagiaan

| Interval Kecenderungan | Skor | Kategori | F | Persentase |
|-------------------------------|-----------|---------------|----|------------|
| $X \geq M + 1.5 SD$ | ≥ 65 | Sangat Tinggi | 77 | 77 % |
| $M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$ | 55 - 64 | Tinggi | 22 | 22 % |
| $M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$ | 45 - 54 | Sedang | 1 | 1 % |
| $M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$ | 35 - 44 | Rendah | 0 | 0 % |
| $X \leq M - 1.5 SD$ | ≤ 35 | Sangat Rendah | 0 | 0 % |

Berdasarkan Kategorisasi pada tabel 5, maka terdapat 77 orang (77%) memiliki tingkat kebahagiaan sangat tinggi, 22 orang (22%) memiliki tingkat kebahagiaan tinggi, 1 orang (1%) memiliki tingkat kebahagiaan sedang, 0 orang (0%) memiliki tingkat kebahagiaan rendah, dan 0 orang (0%) memiliki tingkat

kebahagiaan sangat rendah pada pasangan suami-istri yang mengalami hubungan jarak jauh.

Pada skala sebaran data gaya resolusi konflik yang dimiliki oleh pasangan suami-istri yang mengalami hubungan jarak jauh, dikategorikan tinggi, karena rerata empirik 99.25 lebih tinggi dari rerata hipotetik 87.5. berikut sebaran frekuensi datanya:

Tabel 6. Kategorisasi Skor Skala Gaya Resolusi Konflik

| Interval Kecenderungan | Skor | Kategori | F | Persentase |
|-------------------------------|------------|---------------|----|------------|
| $X \geq M + 1.5 SD$ | ≥ 113 | Sangat Tinggi | 10 | 10% |
| $M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$ | 96 - 112 | Tinggi | 51 | 51% |
| $M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$ | 78 - 95 | Sedang | 39 | 39% |
| $M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$ | 61 - 77 | Rendah | 0 | 0% |
| $X \leq M - 1.5 SD$ | ≤ 61 | Sangat Rendah | 0 | 0% |

Berdasarkan Kategorisasi pada tabel 6, maka terdapat 10 orang gaya resolusi konflik (10%) memiliki tingkat gaya resolusi konflik sangat tinggi, 51 orang gaya resolusi konflik (51%) memiliki tingkat gaya resolusi konflik tinggi, 39 orang gaya resolusi konflik (39%) memiliki tingkat gaya resolusi konflik sedang, 0 orang gaya resolusi konflik (0%) memiliki tingkat gaya resolusi konflik rendah, dan 0 orang gaya

resolusi konflik (0%) memiliki tingkat gaya resolusi konflik sangat rendah gaya resolusi konflik suami-istri yang menjalani hubungan jarak jauh.

Pada skala sebaran data penyesuaian pada pernikahan yang dimiliki oleh pasangan suami-istri yang menjalani hubungan jarak jauh dikategorikan tinggi, karena rerata empirik 65.16 lebih rendah dari rerata hipotetik 50. Berikut sebaran frekuensi datanya:

Tabel 7. Kategorisasi Skor Skala Penyesuaian pada Pasangan

| Interval Kecenderungan | Skor | Kategori | F | Persentase |
|-------------------------------|-----------|---------------|----|------------|
| $X \geq M + 1.5 SD$ | ≥ 82 | Sangat Tinggi | 56 | 56% |
| $M + 0.5 SD < X < M + 1.5 SD$ | 75 - 81 | Tinggi | 39 | 39% |
| $M - 0.5 SD < X < M + 0.5 SD$ | 67 - 74 | Sedang | 4 | 4% |
| $M - 1.5 SD < X < M - 0.5 SD$ | 61 - 66 | Rendah | 1 | 1% |
| $X \leq M - 1.5 SD$ | ≤ 60 | Sangat Rendah | 0 | 0% |

Berdasarkan Kategorisasi pada tabel 7, maka terdapat 56 orang penyesuaian pada pasangan (56%) memiliki tingkat penyesuaian pada pasangan sangat tinggi, 39 orang penyesuaian pada pasangan (39%) memiliki tingkat penyesuaian pada pasangan tinggi, 4 orang

penyesuaian pada pasangan (4%) memiliki tingkat penyesuaian pada pasangan sedang, 1 orang penyesuaian pada pasangan (1%) memiliki tingkat penyesuaian pada pasangan rendah, dan 0 orang

penyesuaian pada pasangan (0%) memiliki tingkat penyesuaian pada pasangan sangat rendah.

4.3 Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh antara gaya resolusi konflik, dan

penyesuaian pasangan dengan kebahagiaan. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis regresi parsial. Berdasarkan hasil pengujian regresi model penuh atas variabel-variabel gaya resolusi konflik, dan penyesuaian pasangan dengan kebahagiaan secara bersama-sama didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 8. Hasil Uji Analisis Regresi Model Penuh

| Variabel | F Hitung | F Tabel | R ² | P |
|---|----------|---------|----------------|--------------------|
| Gaya resolusi konflik (X ₁) | | | | |
| Penyesuaian pasangan (X ₂) | 22.605 | 3.09 | 0.318 | 0.000 ^b |
| Kebahagiaan (Y) | | | | |

Berdasarkan hasil pengujian regresi model penuh menunjukkan bahwa gaya resolusi konflik, penyesuaian pernikahan dengan kebahagiaan memiliki pengaruh yang sangat signifikan dengan F hitung = 22.605 > F tabel = 3.09, R² = 0.318, dan p = 0.000 < 0.050. Hal tersebut

bermakna bahwa hipotesis mayor dalam penelitian ini diterima. Kemudian dari hasil analisis regresi multivariat pada aspek-aspek variabel bebas dengan variabel terikat dapat diketahui sebagai berikut:

Tabel 9. Rangkuman Hasil Analisis Regresi Multivariat Model Penuh Aspek-aspek Variabel Bebas terhadap Variabel Terikat

| Variabel | F Hitung | F Tabel | R ² | P |
|---|----------|---------|----------------|--------------------|
| Gaya penghindaran (X ₁), Gaya dominasi (X ₂), Gaya obligasi (X ₃), Gaya integrase (X ₄), Gaya kompromi (X ₅), Penyesuaian dengan pasangan (X ₆), Penyesuaian seksual (X ₇), Penyesuaian keuangan (X ₈), dan Penyesuaian dengan keluarga pasangan (X ₉) terhadap kebahagiaan (Y) | 9.603 | 1.99 | 0.490 | 0.000 ^b |

Berdasarkan tabel 9 dapat diketahui bahwa faktor-faktor dalam variabel X yaitu gaya penghindaran (X₁), gaya dominasi (X₂), gaya obligasi (X₃), gaya integrase (X₄), gaya kompromi (X₅), penyesuaian dengan pasangan (X₆), penyesuaian seksual (X₇), penyesuaian keuangan (X₈), penyesuaian dengan keluarga pasangan (X₉) memiliki

hubungan yang sangat signifikan dengan variabel kebahagiaan (Y), dengan nilai F hitung = 9.603 > F tabel = 1.99, R² = 0.490, dan p = 0.000 < 0.050. Kemudian dari hasil analisis korelasi parsial pada aspek-aspek variabel bebas dengan variabel terikat dapat diketahui sebagai berikut:

Tabel 10. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Parsial Aspek-aspek Variabel Bebas terhadap Variabel Terikat

| Variabel | Beta | T Hitung | T Tabel | P |
|--|--------|----------|---------|-------|
| Gaya penghindaran (X ₁) | -0.078 | -0.958 | 1.984 | 0.340 |
| Gaya dominasi (X ₂) | -0.149 | -1.667 | 1.984 | 0.099 |
| Gaya obligasi (X ₃) | -0.035 | -0.380 | 1.984 | 0.705 |
| Gaya integrase (X ₄) | 0.144 | 1.320 | 1.984 | 0.190 |
| Gaya kompromi (X ₅) | 0.267 | 2.805 | 1.984 | 0.006 |
| Penyesuaian dengan pasangan (X ₆) | 0.193 | 1.852 | 1.984 | 0.067 |
| Penyesuaian seksual (X ₇) | 0.080 | 0.887 | 1.984 | 0.377 |
| Penyesuaian keuangan (X ₈) | 0.028 | 0.319 | 1.984 | 0.750 |
| Penyesuaian dengan keluarga pasangan (X ₉) | 0.253 | 2.736 | 1.984 | 0.007 |

Berdasarkan tabel 10 dapat diketahui bahwa faktor-faktor dalam variabel X yaitu gaya penghindaran (X₁), gaya dominasi (X₂), gaya obligasi (X₃), gaya integrase (X₄), penyesuaian dengan pasangan (X₆), penyesuaian seksual (X₇), dan penyesuaian keuangan (X₈) tidak memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan variabel kebahagiaan (Y). Sedangkan faktor-faktor X yaitu gaya kompromi (X₅), dan penyesuaian dengan keluarga pasangan (X₉) memiliki hubungan yang sangat signifikan, dengan nilai variable (X₅) T hitung = 2.805 > T tabel = 1.984, β = 0.267, dan p = 0.006 < 0.050, dan dengan nilai variable (X₉) T hitung = 2.736 > T tabel = 1.984, β = 0.253, dan p = 0.007 < 0.050.

4.4 Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara gaya resolusi konflik, penyesuaian pernikahan, dan kebahagiaan memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan nilai F hitung = 22.605 > F tabel = 3.09, R² = 0.318, dan p = 0.000 < 0.050. Kemudian dari hasil analisis regresi multivariat model penuh didapatkan hasil variabel X yaitu gaya penghindaran (X₁), gaya dominasi (X₂), gaya obligasi (X₃), gaya integrase (X₄), gaya kompromi (X₅), penyesuaian dengan pasangan (X₆), penyesuaian seksual (X₇), penyesuaian keuangan (X₈), penyesuaian dengan keluarga pasangan (X₉) memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan

variabel kebahagiaan (Y), dengan nilai F hitung = $9.603 > F \text{ tabel} = 1.99$, $R^2 = 0.490$, dan $p = 0.000 < 0.050$. Kemudian dari hasil analisis korelasi parsial didapatkan hasil variabel X yaitu gaya penghindaran (X1), gaya dominasi (X2), gaya obligasi (X3), gaya integrasi (X4), penyesuaian dengan pasangan (X6), penyesuaian seksual (X7), dan penyesuaian keuangan (X8) tidak memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan variabel kebahagiaan (Y). Sedangkan faktor-faktor X yaitu gaya kompromi (X5), dan penyesuaian dengan keluarga pasangan (X9) memiliki hubungan yang sangat signifikan, dengan nilai variabel (X5) T hitung = $2.805 > T \text{ tabel} = 1.984$, $\beta = 0.267$, dan $p = 0.006 < 0.050$, dan dengan nilai variabel (X9) T hitung = $2.736 > T \text{ tabel} = 1.984$, $\beta = 0.253$, dan $p = 0.007 < 0.050$.

Terbuktinya hipotesis pada penelitian ini sejalan dengan fenomena yang terjadi dilapangan bahwa pasangan suami-istri yang menjalani hubungan jarak jauh (*Long Distance Marriage*) memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan terdapat perbedaan intensitas konflik perkawinan pada istri yang tinggal bersama dan yang tinggal terpisah dengan suami. Model penyelesaian konflik yang banyak digunakan oleh para istri baik yang tinggal bersama suami maupun yang tinggal terpisah, lebih banyak yang mengarah konstruktif dalam penyelesaian konflik perkawinan (Dewi & Basti, 2008). Sprey (Lasswell dan Laswell, 1987) menyatakan bahwa konflik dalam perkawinan terjadi dikarenakan masing-masing individu membawa kebutuhan, keinginan dan latar belakang yang unik dan berbeda. Karena penyesuaian pernikahan, dan gaya resolusi konflik yang baik membuat tingkat kebahagiaan yang baik pula.

Gaya resolusi konflik, pada pasangan mempunyai hubungan yang positif dengan kebahagiaan, dan memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap kebahagiaan dengan nilai F hitung = $6.041 > F \text{ tabel} = 3,94$, $R^2 = 0.058$, dan $p = 0.016 < 0.050$. Hal tersebut juga dapat ditinjau dari pemilihan gaya resolusi konflik yang cukup baik dengan nilai *sum* masing-masing gaya resolusi konflik berikut: gaya penghindaran = 1677, gaya dominasi = 1541, gaya obligasi = 2060, gaya integrasi = 2298, dan gaya kompromi = 2149, serta umur pasangan suami-istri terlihat cukup sesuai untuk melakukan bahtera rumah tangga umur 20 - 24 sampel sebesar 3 orang, umur 25 - 29 sampel sebesar 30 orang, status umur 30 - 34 sebesar 41 orang, umur 35 - 39 sebesar 21 orang, umur 40 - 44 sebesar 3 orang, dan 45 - 49 sebesar 2 orang. Pasangan suami-istri yang menjalani *Long*

Distance Marriage lebih cenderung banyak menggunakan gaya integrasi dan kompromi dalam manajemen konflik rumah tangga mereka.

Gaya integrasi adalah gaya dimana pasangan memiliki pandangan pada pengembangan dan pembaruan yang menjadi kesatuan yang utuh dan bulat, Thomas dan Kilmann (dalam Gradianti dan Suprapti, 2014). Hal ini juga dipengaruhi oleh faktor usia yang mempengaruhi pemilihan gaya integrasi. Dimana dalam penelitian ini rata-rata subjek penelitian masuk dalam tahap perkembangan dewasa. Scannell (2010) menyebutkan aspek-aspek yang mempengaruhi individu untuk dapat memahami dan meresolusi sebuah konflik meliputi a) keterampilan berkomunikasi, b) kemampuan menghargai perbedaan, c) kepercayaan terhadap sesama, dan d) kecerdasan emosi.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa dengan pemilihan gaya resolusi konflik yang tepat dapat membuat kebahagiaan pasangan suami-istri tinggi walaupun sedang menjalani hubungan jarak jauh. Dengan penelitian yang dilakukan oleh Gurin dkk dalam Sears dkk (1994), yang menyimpulkan bahwa konflik akan senantiasa terjadi dalam kehidupan perkawinan. Penyesuaian pernikahan juga memiliki hubungan yang positif dengan kebahagiaan, dan memiliki pengaruh secara signifikan, hal ini dapat dilihat dari penyesuaian pernikahan yang tinggi maka akan membuat pasangan suami-istri yang menjalani *Long Distance Marriage* memiliki kebahagiaan yang tinggi pula. Penyesuaian pernikahan pada pasangan suami-istri sudah tepat karena mampu menyesuaikan pada keluarga pasangan atau mertua sehingga dapat menunjang tingginya nilai kebahagiaan pada pasangan. Selain itu faktor seperti keuangan, dan seksual pun menjadi penunjang yang cukup baik dalam meningkatkan kebahagiaan pada pasangan suami-istri tersebut.

Hal tersebut ditunjukkan oleh hasil penelitian Rachmawati & Mastuti (2013) bahwa ada perbedaan tingkat kepuasan perkawinan ditinjau dari tingkat penyesuaian perkawinan pada istri anggota BRIGIF 1 MARINIR TNI - AL. Istri yang memiliki tingkat penyesuaian perkawinan yang tinggi memiliki tingkat kepuasan perkawinan yang lebih tinggi dibandingkan istri dengan tingkat penyesuaian sedang.

Menurut Spanier (dalam Bahana, 2015) penyesuaian pernikahan akan terus dilakukan dalam kehidupan pernikahan, terlebih dimasa awal pada tahun pertama dan kedua pernikahan sangat diperlukan penyesuaian antara suami dan istri. Penyesuaian pernikahan adalah keterampilan sosial yang diperlukan bagi pasangan yang meraih kebahagiaan atau kepuasan pernikahan (Spanier dalam Bahana, 2015).

Hal ini diperkuat oleh penelitian sebelumnya yaitu menurut Hurlock (dalam Puspitasari, 2015) menjelaskan bahwa penyesuaian perkawinan adalah penyesuaian yang dilakukan antara suami dan istri dengan melakukan penyesuaian seksual, penyesuaian keuangan dan penyesuaian dengan keluarga dari pihak pasangan.

5 PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh gaya resolusi konflik dan penyesuaian perkawinan terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh.
2. Ada pengaruh gaya resolusi konflik terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh.
3. Ada pengaruh penyesuaian perkawinan terhadap kebahagiaan pada pasangan suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Kepada pasangan yang ingin menikah diharapkan memperhatikan beberapa hal yaitu persiapan perkawinan yang matang, mengetahui masing-masing peran suami istri dalam perkawinan, menikah dalam usia yang sudah matang (dilihat dari usia perkembangan), memiliki konsep yang realistis tentang perkawinan.
2. Gaya resolusi konflik yang termasuk cara dengan pendekatan konstruktif yaitu gaya akomodasi, gaya integrasi, dan gaya kompromi. Sedangkan, yang merupakan gaya dengan cara destruktif yaitu gaya penghindaran dan gaya dominasi.
3. Pemilihan gaya resolusi konflik yang tepat dapat membuat kebahagiaan pasangan suami-istri tinggi walaupun sedang menjalani hubungan jarak jauh

6 DAFTAR PUSTAKA

Abdel-Khalek. (2006). *Health, and Religiosity: Significant Relations. Journal of Mental Health, Religion, and Culture. No. 9 (1), 85-97.*

Ahmad, Zulkifli. (2011). *Dampak Sosial Pernikahan Dini Studi Kasus di Desa Gunung Sindur-Bogor.* Jakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.

Ali, Mohammad. (2004). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik.* Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Andjariah, Sri. (2005). *Kebahagiaan Perkawinan Ditinjau Dari Faktor Komunikasi Pada Pasangan Suami Istri. Jurnal Psikologi. 1 (1) 45- 57.*

Bahana, Omega Nilam. (2015). *Penyesuaian Pernikahan dengan Pasangan dan Makna Pernikahan pada Perempuan yang dijodohkan.* Yogyakarta: Fakultas Psikologi. Universitas Sanata Dharma.

Carr. (2004). *Positive Psychology the Science of Happiness and Human Strengths.* New York.

Chudori, Human Santoso. (2000). *Liku-Liku Perkawinan.* Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara (PUSPA SWARA).

Deswita. (2006). *Psikologi Perkembangan.* Bandung: Remaja Rosdakarya.

Dewantara, Nur Dhiny. (2012). *Kebahagiaan Sejati (aunthetic Happiness) Remaja dengan Latang Belakang Broken Home. (Studi Kasus di Panti Asuha Nurul Abyadh Malang). Skripsi Universitas Islam Negeri Malang.*

Fearnley, Alyson (2000). *The Baby and The Marriage: Identifying Factors That Buffer Against Decline in Marital Satisfaction After the First Baby Arrives. Journal of Family Psychology. 14 (1): 59-70.*

Gladiani Deary Tachira. (2013). *Studi Deskriptif Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Pernikahan pada Wanita Kelompok Arisan di Kota Bandung.* Bandung: Fakultas Psikologi. Universitas Islam Bandung.

Gradianti, T. A., & Suprapti, V. (2014). “Gaya Penyelesaian Konflik Perkawinan Pada Pasangan Dual Earner”. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan. 3 (3).*

Hurlock, E.b. (2002). *Psikologi Perkembangan 5th edition.* Erlangga: Jakarta.

Mindes, Gayle. (2006). *Teaching Young Children Social Studies.* United States of America: Praeger Publishers.

Nainggolan, Ristawanti. (2003). *Hubungan Antara Penyesuaian Diri Pada Perkawinan dan Kepuasan Perkawinan. Skripsi (Tidak Diterbitkan).* Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.

Natalia & Iriani. (2002). *Penyesuaian Perempuan Non-Batak terhadap Pasangan yang Berbudaya Batak. Jurnal Ilmiah Psikologi. 9 (7): 27-36.*

Rofi’udin. (2013). *Konsep Kebahagiaan Dalam Pandangan Psikologi Sufistik. Tesis.* Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah (UMY).

- Sabre Kanchan, (2006). Marital Adjustment among Women: A Comparative Study of Nuclear and Joint Families. *The International Journal of Indian Psychology*. 3 (2): 28-36.
- Santrock, John. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup Edisi Kelima jilid 2 terjemahan Juda Damanik*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, (2005). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Seligman, M.E.P. (2002). Penerjemah Nukman Y. E. *Authentic happiness: Menciptakan Kebahagiaan dengan Psikologi Positif*: Penerbit Mizan.
- Seligman, M.E.P. (2005). *Positive Psychologi Progress Empirical Validation of Intetrventions: American Psychologist*.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wahyudi. (2009). "Model Resolusi Konflik Pilkada". *Jurnal Salam*. 12 (2).
- Wahyuningsih, Hepi. (2005). Penyesuaian Perkawinan Pasangan Suami Istri Dewasa Muda Ditinjau dari Kecerdasan Emosional dan Umur Perkawinan. *Jurnal Anima*. 20 (4).