

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Kebahagiaan Pernikahan

a. Definisi Kebahagiaan Pernikahan

Menurut KBBI, kebahagiaan adalah perasaan senang serta perasaan tentram yang bersifat lahir batin.²⁶ Kebahagiaan merupakan bentuk yang subjektif, hal ini dikarenakan setiap orang memiliki tolak ukur yang berbeda dalam menetapkan kebahagiaannya masing-masing.

Sedangkan, kebahagiaan pernikahan menurut Gottman merupakan perasaan bahagia yang dilandasi oleh rasa saling mempercayai, menghormati antar pasangan, mengenal hal yang disukai oleh pasangan, mengenal kepribadian, harapan, dan mimpi pasangan, serta dapat mengungkapkan dengan baik apa yang diinginkan. Gottman dan Notarius juga menegaskan bahwa kebahagiaan pernikahan berarti focus pada hal-hal yang bersifat positif yang ada dalam diri pasangan.²⁷

Menurut Schoen, kebahagiaan pernikahan merupakan tingkat kepuasan yang dirasakan individu dalam hubungan pernikahan. Menurut Rauer dan Volling kebahagiaan pernikahan sangat diperlukan, hal ini guna menghindari stress dan perasaan tertekan. Dalam hubungan

²⁶ KBBI, "KBBI Daring" <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kebahagiaan> (diakses pada 28 Maret 2022, pukul 07.33).

²⁷ John M Gottman, *The Seven Principles For Making Marriage Work* (New York: Crown Publisher, 1999).

pernikahan diperlukan rasa saling mencintai serta adanya komitmen dari dua belah pihak pasangan agar tercipta kebahagiaan dalam pernikahan.²⁸

Berdasarkan pengertian tokoh di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kebahagiaan pernikahan adalah perasaan nyaman, aman serta gambaran tingkat kepuasan yang dirasakan seseorang dalam sebuah pernikahan.

b. Aspek Kebahagiaan Pernikahan

Gottman mengemukakan tiga aspek dalam kebahagiaan pernikahan, diantaranya:²⁹

a. *Friendship and Intimacy*

Aspek ini terdiri atas:

- *love maps* yaitu berguna sebagai pelindung dalam hubungan pernikahan karena pasangan telah menghargai kebiasaan mereka dan menyadari perasaan serta pikiran pasangannya.
- *Fondness and admiration* adalah kebiasaan untuk berpikir positif mengenai karakter pasangannya.
- *Turning toward or away* yakni berdasarkan atas keadaan emosional, percintaan, serta kehidupan seks yang baik.
- *Emotional distance and loneliness* merupakan kesalahan mendasar yang dapat memunculkan

²⁸ Riza Muhardeni, 'Peran Intensitas Komunikasi, Kepercayaan, Dan Dukungan Sosial Terhadap Kebahagiaan Perkawinan Pada Istri Tentara Saat Menjalani Long Distance Marriage (LDM) Di Batalyon Infanteri 407/Padmakusuma Kabupaten Tegal', *Jurnal Psikologi Sosial*, 16.1 (2018), 36.

²⁹ John M Gottman, *The Seven Principles For Making Marriage Work* (New York: Crown Publisher, 1999).

kesalahan dalam hubungan pernikahan secara keseluruhan.

b. *Conflict*

Aspek ini tersusun atas:

- *Harsh start-up* yaitu keadaan dimana seorang istri merasa tidak mendapatkan respon yang baik dari suami, mengeluh, dan mudah terpancing emosi.
- *The four horseman* yaitu mengidentifikasi empat jenis konflik negatif diantaranya kritikan, penghinaan, pertahanan diri, dan diam (tidak berbicara sama sekali).
- *Gridlock on perceptual issues* yaitu mimpi antar pasangan dapat menyebabkan konflik.
- *Acepting influence* yaitu sikap serta kemampuan untuk menjaga hubungan dengan focus pada memperhatikan pasangan.
- *Compromise* yaitu hal yang dapat membantu pasangan dalam mendapatkan ketenangan setelah terjadi permasalahan.

c. *Meaning*

Aspek ini terdiri atas:

- *Shared meaning rituals* yaitu salah satu unsur spiritual guna membangun makna hidup bersama.

- *Shared meaning roles* yaitu peran suami istri d menciptakan keharmonisan, kebermaknaan, serta ketegangan.
- *Shared meaning goals* yaitu tujuan yang diharapkan oleh pasangan.
- *Shared meaning symbol* yaitu komponen spiritual yang berhubungan dengan kepercayaan serta nilai-nilai.

2. Kepercayaan

a. Definisi kepercayaan

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kepercayaan adalah sebuah harapan, juga keyakinan seseorang akan sebuah kejujuran, kebaikan, dan lain sebagainya dari orang lain.³⁰

Kepercayaan adalah salah satu komponen penting dalam sebuah hubungan yang berubah secara terus menerus. Kepercayaan juga pondasi awal dalam membangun serta mempertahankan suatu hubungan, hal ini diungkapkn oleh Johnson & Johnson. Kepercayaan juga bisa disebut juga dengan *trust*.³¹

Definisi mengenai kepercayaan juga diungkapkan oleh Arida, yang menyatakan bahwa kepercayaan merupakan sebuah keyakinan dan kesediaan individu untuk percaya integritas, kemampuan, karakter serta

³⁰ KBBI, “KBBI Daring” <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kepercayaan> (diakses pada 22 Maret 2022, pukul 12.30).

³¹ Zahrotul Afiffah, ‘Pengaruh Kepercayaan Dan Harapan Terhadap Kebahagiaan Pernikahan Buruh Migran Yang Menjalani Hubungan Jarak Jauh’, *Skripsi*, 2019.

kebenaran yang dimiliki oleh pihak lainnya. Namun, dalam mempercayai pihak lain juga memiliki risiko terpenuhinya harapan dan kepercayaan.³²

Rempel, Holmes & Zanna menjelaskan bahwa kepercayaan (*trust*) adalah keadaan psikologis seseorang atau keyakinan seseorang pada orang lain yang dependen sehingga dapat memperoleh hasil atau sumber daya yang berharga. Kepercayaan ini menurutnya sering dikaitkan dengan hubungan percintaan serta komitmen dengan pasangan.³³

Dari beberapa definisi tokoh di atas, dapat kita simpulkan bahwa kepercayaan merupakan suatu keyakinan pada orang lain. Keyakinan juga merupakan pondasi awal dan kekuatan dalam sebuah hubungan.

b. Aspek Kepercayaan

Menurut Johnson & Johnson aspek kepercayaan ada lima, diantaranya:³⁴

a. Keterbukaan (*Openness*)

Keterbukaan berarti seseorang bersedia berbagi informasi, ide, pemikiran, perasaan, pendapat, serta hal yang sedang ia alami.

³² *Ibid*

³³ Titin P Florentina, Musawwir, and Devira Irwana, 'Hubungan Antara Rasa Syukur Dan Kepercayaan Dengan Komitmen Pernikahan Pada Istri Yang Bekerja', *Talenta Jurnal Psikologi*, 6.1 (2020), 37–49.

³⁴ Dieva Adelia Salsabila dan Afif Kurniawan, 'Hubungan Kepercayaan Pada Pasangan Terhadap Tingkat Stres Pada Pria Dewasa Awal', *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1.1 (2021), 670-770

b. Berbagi (*Sharing*)

Berbagi berarti seseorang bersedia memberikan pertolongan secara emosional serta apa yang ia miliki untuk orang lain guna mencapai tujuan bersama.

c. Penerimaan (*Acceptance*)

Penerimaan berarti seseorang bersedia untuk berkomunikasi serta menghargai pendapat orang lain.

d. Dukungan (*Support*)

Dukungan merupakan komunikasi yang dilakukan seseorang bersama orang lain sehingga orang lain tersebut mengenali kelebihanannya serta percaya bahwa orang lain tersebut mampu mengatur secara produktif situasi dimana mereka berada serta percaya diri.

e. Bekerjasama (*Cooperative Intentions*)

Bekerjasama berarti seseorang memiliki harapan untuk dapat bersikap kooperatif dan mempercayai bahwa orang lain juga akan bersikap kooperatif untuk mencapai tujuan bersama.

3. *Long Distance Marriage* (LDM)

Pernikahan jarak jauh atau bisa disebut dengan *Long Distance Marriage* (LDM) adalah kondisi pasangan pekerja yang ingin mempertahankan komitmen pernikahannya namun dipaksakan oleh keadaan untuk berjauhan, ungkap Rhodes.

Jimenez menyebut bahwa pernikahan jarak jauh atau *Long Distance Marriage* (LDM) dapat ditandai dengan tidak hadirnya pasangan atau tidak

terdapat kedekatan fisik dengan pasangan karena sulitnya untuk tatap muka dalam satu hari.³⁵ Pistole berpendapat bahwa *Long Distance Marriage* (LDM) merupakan situasi yang menggambarkan pasangan dimana secara fisik harus berpisah dikarenakan pasangannya harus pergi ke tempat lain demi sebuah kepentingan. Sementara, pasangan lain harus tetap tinggal di rumah.³⁶

Dari beberapa definisi tokoh di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa pernikahan jarak jauh atau *Long Distance Marriage (LDM)* adalah kondisi dimana pasangan suami istri harus dituntut berpisah secara fisik maupun geografis yang disebabkan oleh faktor lain.

B. Dinamika Pengaruh Kepercayaan terhadap Kebahagiaan Pernikahan

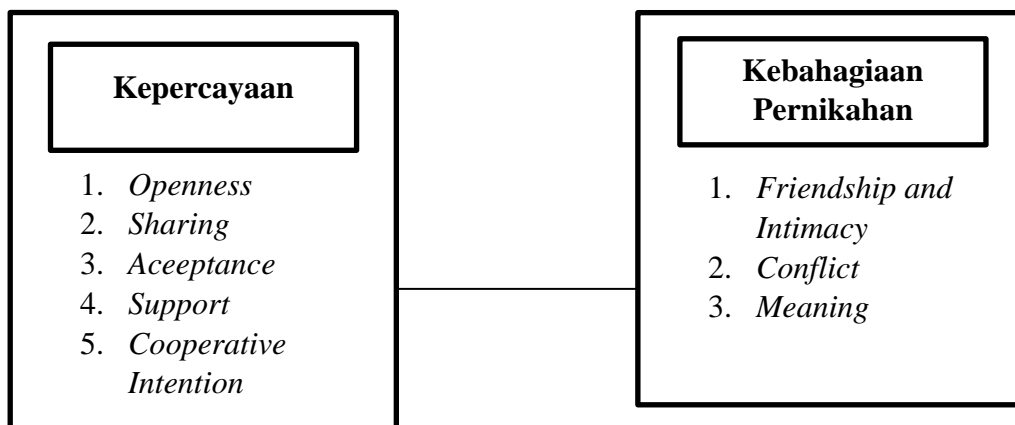
Kepercayaan adalah suatu keyakinan terhadap seseorang. Keyakinan juga merupakan pondasi awal dan kekuatan dalam sebuah hubungan. Kepercayaan dalam hubungan pernikahan sangat dibutuhkan. Hal ini karena kepercayaan merupakan dasar dari sebuah hubungan pernikahan. Adanya kepercayaan dapat meningkatkan kebahagiaan dalam pernikahan karena adanya rasa saling percaya bahwa pasangannya tidak akan mengkhianati. Sebaliknya, apabila rasa percaya pada pasangan rendah maka akan menimbulkan perasaan curiga terhadap pasangan dan menimbulkan konflik dalam hubungan pernikahan.

³⁵ Dima Septa Arsita dan Christiana Hari Soetjningsih Arsita Dima Septa, 'Kepercayaan Dan Kebahagiaan Pernikahan Pada Istri Yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh', *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12.3 (2021), 356.

³⁶Safitri Ramadhini and Wiwin Hendriani, 'Gambaran Trust Pada Wanita Dewasa Awal Yang Sedang Menjalani Long Distance Marriage', *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 4.1 (2015), 16.

Konflik yang terjadi karena kurangnya rasa percaya dapat menghambat kebahagiaan dalam hubungan pernikahan. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fatima dan Ajmal bahwa terdapat enam belas faktor yang berpengaruh dalam kebahagiaan pernikahan pada wanita, salah satunya adalah kepercayaan.³⁷ Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa kepercayaan menjadi salah satu faktor munculnya kebahagiaan pernikahan.

C. Kerangka Teoritis



³⁷ *Ibid*, 37