

Komunikasi Antar-Pribadi: Strategi Manajemen Konflik Pacaran Jarak Jauh

*Nira Tabitha Gayle** , Yuli Nugraheni**

Abstrak

Strategi manajemen konflik pacaran jarak jauh sangat diperlukan dan menjadi topic yang menarik, tulisan ini memaparkan bagaimana mahasiswa Univeristas Katolik Widya Mandala Surabaya mempertahankan hubungan pacaran mereka yang longdistance. Penelitian ini dilakukan dengan wawancara mendalam kepada narasumber berdasarkan pada kajian Devito tentang berbagai macam management strategi untuk dapat menyelesaikan sebuah konflik dengan pasangan seperti Strategi Menang -Kalah dan Menang–Menang, Avoidance and Active Fighting Strategies, Force and Talk Strategies, Face Detracting and Face Enhancing Strategies, Verbal Aggresiveness and Argumentativeness Strategies. Dimana strategi tersebut dapat mempengaruhi hubungan seseorang dalam menyelesaikan konflik. Dalam menjalani hubungan jarak jauh, selalu ada konsekuensi yang harus dihadapi oleh sepasang individu. Dimana konsekuensi tersebut akan menyulitkan, dan dibutuhkan komunikasi. Komunikasi sangatlah penting dalam menjalani sebuah hubungan, baik itu hubungan pacaran, persahabatan, suami-istri. Karena komunikasi merupakan satu faktor munculnya konflik selain kecemburuan. Dan jika konflik seringkali terjadi dalam sebuah hubungan, maka gunakan strategi sebaik mungkin. Dan temuan dalam tulisan ini menunjukkan bahwa beberapa strategi yang lebih sering digunakan adalah strategi menang-kalah, menang-menang, avoidance and fighting strategies, Verbal Aggresiveness and Argumentativeness Force and Talk strategies.

Key Words: pacaran jarak jauh, strategi manajemen konflik.

Latar Belakang Masalah

Masa Remaja merupakan masa transisi perkembangan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang didalamnya terdapat perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. (Papalia 2007). Dan salah satu tugas perkembangan pada masa remaja adalah membentuk hubungan yang baru dan lebih matang dengan lawan jenis (Hurlock, 2004). Selain itu, dalam menjalin hubungan dengan orang lain, komunikasi sangatlah penting untuk kehidupan masyarakat. Dengan

komunikasi seseorang bisa memiliki gambaran mengenai orang lain, apa yang dikatakan, kepada siapa, efek apa yang akan didapat, dan menggunakan media apa seperti terumus dalam formula Laswell. (Mulyana, 2009)

Salah satu bentuk hubungan adalah pacaran. Dalam menjalani pacaran, seringkali individu tidak selalu dapat berdekatan dengan pasangannya, sehingga lebih memilih untuk pacaran jarak jauh. Dalam hal ini, pacaran jarak

* Staff Pengajar sekaligus Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

**Mahasiswa, Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

jauh merupakan suatu hubungan yang dilakukan dua orang yang berbeda tempat. Individu yang menjalani pacaran jarak jauh sangat mungkin akan mengalami suatu konflik, jika tidak segera diselesaikan dapat mengakibatkan frustrasi dan ketidakseimbangan kejiwaan dan dapat memberikan pengaruh langsung pada suatu hubungan.

Konflik adalah suatu keadaan dimana individu dihadapkan pada dua atau lebih tujuan atau pilihan dan individu harus memilih satu dari beberapa pilihan tersebut. Ketika muncul ketidaksetujuan berupa pengaruh dari dalam diri individu itu sendiri maupun dari luar yang tidak sesuai dengan tujuan, sehingga menimbulkan suatu pertentangan antara kekuatan yang ada pada diri individu sendiri maupun antara individu dengan pihak lain.

Biasanya dalam menghadapi konflik hubungan jarak jauh ini, strategi yang harus dilakukan adalah pertama-tama dengan menentukan konflik atau isu-isu dalam sebuah hubungan, setelah itu kita mencoba mengidentifikasi konflik tersebut dan mencari solusi yang bermanfaat. Jika solusi yang baik sudah ditemukan, maka solusi tersebut patut untuk diuji apakah berfungsi atau tidak. Menerima solusi tidaklah mudah, harus bisa untuk mengintegrasikannya kedalam perilaku. Setelah solusi sudah didapatkan, maka dari konflik itu kita belajar bagaimana caranya menghadapi konflik dalam menjalin sebuah hubungan.

Rumusan Masalah

Bagaimanakah strategi manajemen konflik pacaran jarak jauh?

Kerangka Teori

1. Komunikasi Antar Pribadi

Komunikasi merupakan medium penting bagi pembentukan atau pengembangan pribadi dan untuk kontak sosial. Dalam komunikasi, memiliki banyak macam yang tidak bisa diuraikan

satu-satu. Misalnya saja Komunikasi Antar Pribadi.

Komunikasi Antar Pribadi adalah komunikasi yang berlangsung dalam situasi tatap muka antara dua orang atau lebih, baik secara terorganisasi maupun pada kerumunan orang (Wiryanto, 2004). Komunikasi antarpribadi sangat potensial untuk menjalankan fungsi instrumental sebagai alat untuk mempengaruhi atau membujuk orang lain, karena seseorang dapat menggunakan kelima alat indera seseorang untuk mempertinggi daya bujuk pesan yang seseorang komunikasikan kepada komunikan. Sebagai komunikasi yang paling lengkap dan paling sempurna, komunikasi antarpribadi berperan penting hingga kapanpun, selama manusia masih mempunyai emosi. Kenyataannya komunikasi tatap-muka ini membuat manusia merasa lebih akrab dengan sesamanya, berbeda dengan komunikasi lewat media massa seperti surat kabar, televisi, ataupun lewat teknologi tercanggih pun.

Jalaludin Rakhmat (1994) meyakini bahwa komunikasi antarpribadi dipengaruhi oleh persepsi interpersonal; konsep diri; atraksi interpersonal; dan hubungan interpersonal.

2. *Romantic Relationship*

Romantic atau *Intimate Relationship* adalah bagaimana seseorang mempersepsikan perubahan hubungan yang resiprositas, emosional, dan erotis yang sedang terjadi dengan pasangannya, Brehm (dalam Karney, 2007). Selain itu ada yang berpendapat bahwa *romantic relationship* itu sebagai suatu hubungan serius yang akan dialami oleh setiap individu, dimana mereka memiliki perasaan romantis yang kuat terhadap seseorang. juga dikemukakan oleh Albino & Cooper (dalam Florsheim, 2003).

Furman (1999) menjelaskan tiga definisi *romantic relationship* berdasarkan karakteristik-karakteristik dari hubungan tersebut, yaitu:

- a) Keromantisan melibatkan suatu hubungan, pola yang berlangsung terus menerus dari asosiasi dan interaksi antara dua individu yang mengakui suatu hubungan dengan yang lainnya.
- b) Pada *romantic relationship* terdapat unsur kesukarelaan dari kedua pasangan untuk mempertahankan suatu hubungan. Sebagian *romantic relationship* mungkin berakhir dalam ketidakcocokan dengan pasangan mereka. Untuk itu dibutuhkan pengorbanan dari setiap pasangan untuk keberhasilan hubungan romantis mereka.
- c) Merupakan beberapa bentuk dari ketertarikan (*attraction*). Ketertarikan ini khususnya melibatkan komponen seksual. Ketertarikan seksual sering dinyatakan dalam beberapa bentuk perilaku seksual, tapi tidak selalu. Perilaku tersebut juga dipengaruhi oleh pribadi, religiusitas, dan nilai-nilai budaya.

3. **Longdistance Romantic Relationship**

Sampai sekarang menurut Dr. Guldner, seorang psikologi ternama amerika serikat penelitian hubungan jarak jauh dalam website resminya www.longdistancesrelationship.net tidak ada definisi yang pasti mengenai pacaran jarak jauh sendiri. Karena interpretasi individu berbeda dan sampai sekarang belum ada yang paten tentang definisi itu sendiri.

4. **Konflik dalam longdistance romantic relationship**

Sears, dkk (1985) mendefinisikan konflik sebagai suatu proses yang terjadi bila perilaku seseorang terhambat karena perilaku orang

lain. Dalam hubungan cinta juga terjadi konflik karena hubungan ini melibatkan minimal dua individu yang memiliki kepribadian, keinginan dan kebutuhan yang berbeda-beda.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa konflik adalah suatu keadaan dimana individu dihadapkan pada dua atau lebih tujuan atau pilihan dan individu harus memilih satu dari beberapa pilihan tersebut. Ketika muncul ketidaksetujuan berupa pengaruh dari dalam diri individu itu sendiri maupun dari luar yang tidak sesuai dengan tujuan, harapan ataupun keinginan sehingga menimbulkan suatu pertentangan antara kekuatan yang ada pada diri individu sendiri maupun antara individu dengan pihak lain atau perbedaan pandangan, pendapat dan sikap yang terjadi baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain.

5. **Principle Of Interpersonal Conflict**

Dalam hubungan terdapat prinsip-prinsip konflik interpersonal seperti :

- a) *Conflict is Inevitable* (tidak dapat dihindarkan)

Salah satu hal tersulit untuk dapat mengatasi konflik antar pribadi adalah ketika individu seringkali berfikir bahwa jika mereka merasakan konflik dalam hubungan percintaan, itu berarti bahwa ada sesuatu yang salah atau bahwa hubungan tersebut dalam bahaya atau hubungan tersebut akan rusak apabila perbedaan ini didiskusikan.

- b) *Conflict can have Negative and Positive Effects*

Konflik juga dapat memberikan efek negatif dan juga efek positive, dan diantaranya efek negatif tersebut adalah meningkatkan perasaan negative. Dan tidak hanya itu saja,

konflik yang memberikan efek positif seperti memaksa kita untuk meneliti masalah dan bekerja mencari solusi yang potensial.

c) *Conflict Can Focus on Content and/or Relationship Issues*

Isi dari konflik selalu berpusat pada obyek, kejadian, dan orang-orang di dunia yang diluar orang-orang yang terlibat konflik.

d) *Conflict Styles Have Consequences*

Seperti telah dijelaskan, ada beberapa cara dimana kita dapat menyatu dengan konflik yang juga memiliki konsekuensi untuk resolusi konflik dan hubungan antar orang-orang yang berkonflik.

(De Vito)

6. **Conflict Management Strategies**

Dalam menyelesaikan sebuah konflik, pasti dibutuhkan beberapa strategi, dimana strategi tersebut akan membantu kita dalam menyelesaikan konflik:

1. Strategi Menang-Kalah dan Menang-Menang

Seperti ditunjukkan dalam pembahasan macam-macam konflik, ketika kita melihat konflik interpersonal dalam hal menang dan kalah, kita mendapatkan empat tipe dasar : A menang B kalah, A kalah B menang, A kalah B kalah, dan A menang B menang. Strategi menang-menang adalah solusi yang paling diinginkan. Mungkin hal tersebut dikarenakan strategi menang-menang membawa kepada kepuasan bersama dan mencegah timbulnya kemarahan yang biasa terjadi pada solusi menang kalah. Strategi menang-menang membuat konflik yang terjadi selanjutnya

menjadi lebih mudah. Konflik dilihat sebagai mencari solusi daripada sebuah pertentangan. Orang lebih cenderung untuk mematuhi keputusan yang dicapai dalam hasil menang-menang dari mereka dalam menang-kalah atau kalah-kalah resolusi.

2. *Avoidance and Active Fighting Strategies*

Penghindaran dari konflik mungkin dapat membuat seseorang berusaha melarikan diri dari situasi konflik. Untuk menghindari dari situasi, maka tidak dimunculkan negosiasi. Disini kita menolak untuk membahas konflik untuk mendengar argumen orang lain. Strategi lain untuk menghindari dari konflik adalah menggunakan suasana hening atau menangis. Jadi kita tidak dapat menghindari dari konflik, tetapi harus berani melibatkan diri atau berperan aktif dalam menghadapi konflik.

3. *Force and Talk Strategies*

Ketika dihadapkan dengan konflik, individu banyak memilih untuk tidak berurusan dengan masalah melainkan memaksa posisi mereka pada orang lain. Dalam kasus, yang sering dihindari adalah orang yang menang, karena mereka selalu mengerahkan kekuatan mereka. dan itu merupakan teknik mereka untuk melawan konflik karena merasa tidak puas dengan kekuasaan (Ronfeldt, Kimerling, & Arias, 1998). Tidak hanya kekuatan saja, tetapi strategi bicara juga dibutuhkan dalam mengatasi konflik. Karena jika kita diam dan tak berani mengungkapkan apa-apa, maka kita akan kalah dan konflik akan berlanjut.

4. *Face Detracting and Face Enhancing Strategies*

Dalam konflik, kita seringkali tidak percaya pada pasangan kita. ada 2 strategi dimana kita selalu menganggap bahwa pasangan kita itu selalu salah, bodoh, malas dan lainnya. Tapi disisi lain, kita menganggap bahwa pasangan kita itu pintar, rajin, dan selalu yang terbaik.

5. *Verbal Aggresiveness and Argumentativeness Strategies*

Agresivitas verbal merupakan strategi konflik dimana satu orang mencoba untuk memenangkan argumen, tidak mau mengalah dan juga menyerang konsep diri orang lain (De Vito, 2002)

Metodologi

1. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif, dengan metode penelitian studi kasus.

2. Sasaran Penelitian

Sasaran penelitian dalam penelitian ini adalah para mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang menjalani hubungan *longdistance*. Informasi dikumpulkan dengan cara bertanya pada mahasiswa-mahasiswa UKWMS guna mengumpulkan data mahasiswa.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan beberapa cara yaitu :

a) Wawancara *In Depth*

Wawancara *In Depth Interview* yang dilakukan secara mendalam kepada pihak terkait.

b) Studi Pustaka

Studi pustaka adalah pengumpulan data dan informasi dari buku-buku, Jurnal, dan media online yang berkaitan dengan penelitian.

4. Lokasi Dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan pada mahasiswa-mahasiswi yang mengalami *longdistance*. Lokasi di kampus Widya Mandala. Waktu penelitian dilakukan dimulai pada 7 - 8 Desember 2011.

Elaborasi Data

1. Gambaran Obyek penelitian

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya merupakan Universitas yang tepat berada di Jalan Dinoyo no 42-44. Universitas ini tidak hanya ada di satu lokasi, tapi juga berada di daerah Kalijudan (Surabaya Timur) dan Pakuwon city, dimana berbagai jurusan terbagi. Universitas dengan slogan nya *Non Scholae Sed Vitae Discimus*" ini merangkul banyak orang dari berbagai kota.

Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya memiliki kerjasama dengan berbagai pihak yang berada di wilayah timur Indonesia. Dimana kebanyakan mahasiswa mendapatkan beasiswa dan memiliki kesempatan mengenyam pendidikan di Surabaya.

Disini penulis menemukan fenomena, bahwa kebanyakan mahasiswa memiliki pacar atau kekasih di tempat mereka berasal. Beberapa diantaranya :

1. Nama : Indra

Umur : 20 Tahun

Fakultas : Psikologi

Angkatan : 2011

2. Nama : Sandry

Umur : 19 Tahun

Fakultas : Keperawatan

Angkatan : 2010

3. Nama : Alfridus Brongky

Umur : 22 Tahun

Fakultas : Farmasi

Angkatan : 2009

4. Nama : Zam
Umur : 20 Tahun
Fakultas : Psikologi
Angkatan : 2011

2. Analisis Data

Dalam bukunya Devito menuliskan berbagai macam management strategi untuk dapat menyelesaikan sebuah konflik dengan pasangan seperti Strategi Menang-Kalah dan Menang–Menang, *Avoidance and Active Fighting Strategies*, *Force and Talk Strategies*, *Face Detracting and Face Enhancing Strategies*, *Verbal Aggresiveness and Argumentativeness Strategies*. Dimana strategi tersebut dapat mempengaruhi hubungan seseorang dalam menyelesaikan konflik.

Berdasarkan pengertiannya, strategi Menang–Kalah dan Menang–menang adalah sebuah strategi dimana itu bisa menjadi solusi yang bisa digunakan dalam sebuah konflik. Dan jika strategi tersebut menang-menang, maka kita akan merasa puas dan bisa menjadi solusi kepada yang menang kalah. Konflik terasa lebih mudah, jika strategi menang-menang digunakan. Dan orang juga akan senang dengan hasil yang dicapai.

Avoidance and Active Fighting sendiri merupakan sebuah penghindaran dan perlawanan aktif dari berbagai pihak. Dimana seseorang mencoba untuk melakukan perlawanan dan dapat lari dari situasi konflik dengan menggunakan suasana keheningan untuk menghindar dari adanya konflik.

Force and Talk strategies merupakan sebuah kekuatan dan strategi bicara dimana ketika dihadapkan dengan konflik, individu memposisikan diri mereka pada orang lain. Karena dengan adanya kekuatan dan strategi bicara yang cukup bagus maka konflik dapat teratasi.

Face Detracting and Face Enhancing Strategies merupakan bagian dari strategi dimana bahwa dalam hubungan terdapat muka yang diutamakan dan muka yang tidak diutamakan. Dan disini muka juga berpengaruh dalam sebuah konflik.

Verbal Aggresiveness and Argumentativeness Strategies merupakan strategi dimana seseorang mencoba untuk memenangkan argumen, serta tidak mau mengalah. Serta argumentatif sendiri adalah kemauan untuk menyampaikan pendapat, serta menyampaikan apa yang kita pikirkan mengenai sebuah isu dalam konflik.

Konflik juga dapat memberikan efek negatif dan efek positif dalam sebuah hubungan, dan dalam hubungan jarak jauh yang dijalani oleh para mahasiswa ini efek positif yang mereka dapatkan adalah mereka lebih fokus kepada pelajaran, bisa lebih memahami satu sama lain. Dan efek negatif yang mereka dapatkan dari konflik adalah mereka sering kali tidak berkonsentrasi dalam pelajaran, mereka seringkali kesepian.

Berdasarkan data yang ditemukan saat penulis melakukan wawancara dengan beberapa subjek yang menjalani hubungan *longdistance* tersebut, konflik yang mereka sering hadapi kebanyakan adalah faktor kecemburuan. Dimana kurangnya komunikasi yang menyebabkan terjadinya kesalahpahaman, serta perbedaan pendapat yang membuat konflik seringkali terjadi dalam sebuah hubungan. Tiga diantaranya mengatakan bahwa konflik yang sering timbul dalam hubungan mereka itu adalah kecurigaan terhadap pasangan mereka sendiri, serta kecemburuan. Dan satunya hanya karena masalah sepele saja (sumber : Wawancara berbagai narasumber).

Karena terpisah oleh jarak, maka mereka lebih memilih untuk menjalani hubungan jarak jauh dengan resiko yang cukup besar. Dengan

berbagai konsekuensi yang dihadapi mereka mampu menjalani hubungan dengan tidak bertatap muka dan tidak melihat apa yang dilakukan satu sama lain dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam menghadapi konflik, mahasiswa psikologi ini lebih memilih menyelesaikan konflik dengan menggunakan strategi *Avoidance* and *Active Fighting* serta *Verbal Aggressiveness* and *Argumentativeness Strategies* karena "sifat saya yang pendiam" dan ketika ingin menyampaikan pendapat seringkali tak didengar (sumber : Indra). Selain mahasiswa psikologi tersebut, mahasiswa keperawatan juga menyelesaikan konflik dengan menggunakan strategi *Force and Talk Strategies* dimana lebih menggunakan kekuatan yang memposisikan diri sebagai orang lain "Dengan memberikan pengertian kepada dia" (sumber : wawancara).

Tidak hanya itu saja, disini penulis juga mendasarkan pada fenomena yang ada, bahwa strategi apa yang dilakukan dalam mengatasi konflik. Mahasiswa fakultas farmasi, mengatakan bahwa ia menyelesaikan konflik dengan "diam atau koreksi diri" dan menggunakan strategi *avoidance* and *Active Fighting*. Narasumber penulis ini mengatakan

"jika salah satu diantara kami tidak ada yang mengalah, maka masalah tidak akan selesai toh."
(sumber : wawancara Alfridus).

Berbeda dengan yang lainnya, narasumber yang satu ini jelas menggunakan strategi yang berbeda dengan narasumber lainnya. Narasumber ini adalah mahasiswa psikologi. Dalam menyelesaikan konflik, ia cenderung menggunakan strategi menang-kalah, menang-menang. Seperti yang diungkapkan jika ada konflik ia lebih memilih "putusin saja, toh

masih banyak cewe". (sumber : wawancara Zam). Mahasiswa yang satu ini memilih strategi ini karena ia merasa cewek banyak, jadi kalau hilang satu maka ada yang lainnya. Pada intinya, tiap konflik tidak dapat dihindari dan hanya dapat diatasi dengan bermacam-macam strategi. Dimana tiap individu lebih saling memahami satu sama lain, dan mau berbagi pendapat dengan yang lain, tidak egois. Dan belajar memahami konflik sebelum mengambil tindakan yang jelas merugikan diri sendiri dan juga orang lain. Yang menjalani hubungan adalah kita sendiri, yang bisa mengakhiri sebuah hubungan juga kita sendiri.

Kesimpulan

Dalam menjalani hubungan jarak jauh, selalu ada konsekuensi yang harus dihadapi oleh sepasang individu. Dimana konsekuensi tersebut akan menyulitkan, dan dibutuhkan komunikasi. Komunikasi sangatlah penting dalam menjalani sebuah hubungan, baik itu hubungan pacaran, persahabatan, suami-istri. Karena komunikasi merupakan satu faktor munculnya konflik selain kecemburuan. Dan jika konflik seringkali terjadi dalam sebuah hubungan, maka gunakan strategi sebaik mungkin. Dan kami hanya menemukan beberapa strategi yang lebih sering digunakan seperti strategi menang-kalah, menang-menang, *avoidance and fighting strategies*, *Verbal Aggressiveness and Argumentativeness Force and Talk strategies*.

Saran

Bagi pasangan yang sedang menjalani hubungan jarak jauh, jika mengalami konflik, sebaiknya dibicarakan dulu baik-baik baru mengambil keputusan. Karena dalam mengambil keputusan sangatlah tidak mudah, dibutuhkannya waktu. Dan komunikasi jangan sampai terputus.

DAFTAR PUSTAKA

- De Vito, Joseph H. 2002. *The Interpersonal Communication Book*. Person Education.Inc
- Florseheim, Paul. 2003. *Adolescent Romantic Relations and Sexual Behaviour : Theory, Research, and Practicial Implication*. London : Lawrence Erlbaum Associates.
- Furman, Wyndol et al 1999. *The Development of Romantic Relationship in Adolescence*. USA : Cambridge University Press.
- Hurlock, E.B. 2004. Psikolgi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Terjemahan oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo). Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Mulyana, Deddy, 2009, Pengantar Ilmu Komunikasi, Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. (2007). *Human Development*. (10 th Edition). New York: McGraw-Hill.
- Rakhmat, Jalaludin. 1994, *Psikologi Komunikasi*, Bandung : Remaja Rosda Karya.
- Wiryanto, 2004, Pengantar Ilmu Komunikasi, Jakarta: Grasindo.