

ANALISIS TEORI CINTA STERNBERG DALAM KEHARMONISAN RUMAH TANGGA

Debora Kesia Sanu¹, Joris Taneo^{1*)}

¹Institut Agama Kristen Negeri Kupang, Jalan Cak Doko No. 76 Kupang-NTT, 85112, Indonesia

^{*)}E-mail: joristaneo@staknkupang.ac.id

Abstrak

Keharmonisan rumah tangga adalah suatu keinginan yang ingin dicapai oleh setiap pasangan. Tetapi dalam rumah tangga sering terjadi permasalahan-permasalahan yang tidak dapat diatasi sehingga mengakibatkan perceraian. Tingkat perceraian dikota kupang sendiri tergolong besar dan selalu meningkat setiap tahunnya. Namun cinta sangat berperan untuk menjaga keharmonisan dalam sebuah rumah tangga. Teori cinta Sternberg mengungkapkan tentang ketiga komponen cinta yang dapat menjadi fondasi dalam keharmonisan sebuah rumah tangga, yaitu komponen keintiman, komponen hasrat, dan komponen komitmen. Dengan demikian maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kaitan teori cinta Sternberg dalam keharmonisan rumah tangga. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data adalah wawancara. Hasil penelitian, menunjukkan bahwa implementasi dan dampak teori cinta Sternberg dalam keharmonisan rumah tangga. Sekalipun dalam sebuah rumah tangga tidak mengetahui dengan jelas apa itu teori cinta Sternberg namun diimplementasikan oleh setiap pasangan dalam membangun dan menjaga keharmonisan rumah tangga. Dalam rumah tangga yang harmonis membutuhkan keintiman, hasrat dan komitmen. Ketiga hal tersebut merupakan komponen teori cinta yang dikemukakan oleh Sternberg. Namun dalam mengatasi setiap masalah-masalah yang terjadi dalam sebuah rumah tangga juga membutuhkan keterlibatan Tuhan, dengan begitu maka masalah-masalah yang terjadi dapat diatasi dengan percaya dan berserah kepada Tuhan.

Kata Kunci: hasrat, keintiman, keharmonisan, komitmen, rumah tangga

Analysis of Sternberg's Theory of Love In Household Harmony

Abstract

This study aims to determine the fiber content of food stems replacing bran flour. The method used is an experimental method due to treatment or experiment. The experimental design used in this study was a pretest-posttest control group design. Analyst results obtained were then analyzed statistically. To determine the total nutritional content of dietary fiber using AOAC gravimetric analysis. Rice bran is a by-product of rice milling which consists of layers of aleuron, endosperm, has better nutritional content than rice. Rice bran is a source of essential unsaturated fatty acids and contains various vitamins, one of which is the B complex vitamin. Besides rice bran is believed to be high in fiber. Sticks are one type of snack that is flat, long like sticks, has a savory taste, has a crispy texture and the final process is through a frying pan. In this article, sticks are modified by utilizing local potential, one of which is bran, which is processed into flour as a substitute for making onion sticks, an alternative to high-fiber healthy snacks for families. Healthy snacks are snacks that are rich in complete nutrition, free of animals that carry germs, processed using enough heat, or not half-cooked. Laboratory test results of the average total content of dietary fiber in the stems respectively show that bran substitutes 0% (9.66%), 6% (9.94%), 8% (16.07%), and 10% (17.87%). The best quality of rice bran was found in sample 857 with a 10% substitution because this sample can contribute to the recommended dietary fiber requirement of around 15 grams per day.

Keywords: commitment, desire, harmony, household, intimacy

PENDAHULUAN

Berdasarkan Data Sistem Informasi Penelusuran Perkara Pengadilan Negeri Kupang menunjukkan bahwa terdapat 6.828 perkara perceraian pada periode tahun 2018-2019. Agama Islam cerai talak berjumlah 2.500 perkara dan Agama Kristen dengan jumlah 4.328 perkara, pembaharuan data 30 April 2019 (<https://sipp.pn-kupang.go.id/>). Perceraian di kota kupang terjadi karena faktor ketidak harmonisan dalam rumah tangga, dan kesalahan-kesalahan kecil namun tidak diselesaikan sehingga merambah pada tingkatan pertengkaran atau perselisihan yang lebih meluas (Penatimor, 07 Mei 2018).

Keharmonisan rumah tangga sering dikaitkan dengan kekuatan cinta yang melandasi hubungan tersebut, karena cinta merupakan dasar dari dilakukannya pernikahan (Estrada, dalam Zakiah, 2012). Menurut Zakiah pernikahan seringkali dihubungkan dengan suatu ikatan resmi antara dua orang, pria dan wanita yang dilandasi oleh perasaan cinta. Dalam pernikahan idealnya menawarkan keintiman, komitmen, pertemanan, kasih sayang, pemenuhan kebutuhan seksual, pertumbuhan bagi emosional seseorang, dan sumber baru bagi identitas dan harga diri seseorang (Zakiah 2012).

Banyak makna cinta dalam pernikahan, menurut Chapman, terdapat lima bahasa cinta yaitu *words of affirmation, physical touch, quality time, acts of service and gifts* (Chapman, n.d.). Hasil penelitian berdasarkan teori Chapman menunjukkan bahwa bahasa cinta pasif seseorang ditentukan dari ekspresi aktifnya dan aspek pasif-aktif yang serupa menunjukkan hubungan/ prediksi yang paling kuat (Surijah et al., 2019).

Menurut Sternberg cinta terdiri dari tiga komponen yakni keintiman, hasrat, dan komitmen. Keintiman merupakan perasaan emosional yang berhubungan dengan kehangatan, kedekatan, dan berbagi dalam hubungan; gairah berhubungan dengan ketertarikan fisik dan seksual terhadap pasangan; sedangkan komitmen merupakan penilaian kognitif atas hubungan dan keinginan seseorang untuk mempertahankan hubungan. Dengan terbentuknya ketiga komponen secara seimbang dan membentuk segitiga sama sisi, maka akan terbentuk sebuah cinta yang sempurna (Sternberg, 2004).

Dari pejelasan tentang cinta maka perlu diadakannya penelitian tentang teori cinta Sternberg dan keharmonisan rumah tangga. Hal ini diasumsikan bahwa jika cinta ada dalam suatu rumah tangga maka akan semakin harmonis kehidupan rumah tangga. Dalam teori cinta Sternberg menjelaskan tentang 3 komponen yang saling mengaitkan satu sama lain untuk menjadi fondasi dalam keharmonisan rumah tangga. Jika salah satu dari ke tiga komponen itu cacat maka keharmonisan sukar untuk dibangun. Ketika hubungan intim atau kedekatan tidak terjalin dengan baik maka akan mengakibatkan rumah tangga yang tidak harmonis begitupun dengan ke dua komponen yang lain. Sehingga dalam penelitian ini peneliti ingin menganalisis teori cinta sternberg dalam keharmonisan rumah tangga.

Banyak hasil penelitian tentang teori cinta Sternberg. Hasil penelitian mengemukakan bahwa ada perbedaan kesempurnaan cinta Sternberg ditinjau dari tipe kepribadian kode warna (Setiawan, 2014). Teori cinta Sternberg tidak hanya didapati pada pasangan normal (laki-laki dan perempuan) tetapi juga terdapat pada pasangan lesbian (Susanti & Widjanarko, 2015). Penelitian pada istri yang bekerja menunjukkan bahwa tingkat cinta pada istri yang usia perkawinan masih muda lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat cinta istri bekerja yang usia perkawinannya telah lama (Indriastuti, 2014). Analisis teori cinta Sterberg terhadap hubungan seksual pranikah remaja akhir yang berpacaran menunjukkan bahwa komponen passion berperan secara parsial pada sikap hubungan seksual pranikah remaja akhir yang berpacaran (Premaswari & Lestari, 2018).

Keberhasilan pernikahan terutama berkaitan dengan komponen intim, hasrat dan komitmen dari cinta, dimana dari hasil penelitian Mace (dalam Wismanto, 2004) ditemukan bahwa ke tiga komponen tersebut merupakan hal yang paling penting dalam proses untuk mengembangkan hubungan pernikahan yang dapat bertahan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wismanto para pasangan yang harmonis pun mengindikasikan bahwa ketiga komponen merupakan salah satu dari faktor yang paling berkontribusi terhadap keberhasilan pernikahan. Komponen intim, hasrat, dan komitmen dari cinta dapat memperkuat keharmonisan pasangan. Adanya ketiga komponen tersebut turut memberikan kontribusi terhadap keharmonisan rumah tangga, bersamaan dengan aspek-aspek lain seperti perencanaan anak, pengaturan keuangan, latar belakang dan sikap terhadap minat pasangan (Simanjuntak, 2013). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara triangulasi cinta dan keharmonisan keluarga dengan kesiapan menikah pada dewasa awal. Ditemukan juga bahwa terdapat hubungan positif antara triangulasi cinta dan kesiapan menikah, serta hubungan positif antara keharmonisan keluarga dengan kesiapan menikah (Pasongli, 2017).

Rumusan masalah penelitian adalah bagaimana implementasi dan dampak teori cinta Sternberg dalam keharmonisan rumah tangga? Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui dan mendeskripsikan implementasi dan dampak teori cinta Sternberg dalam keharmonisan rumah tangga.

A. Teori Cinta

Cinta merupakan sebuah cerita yang ditulis oleh seseorang mencakup suatu perasaan kasih yang mendalam terhadap orang lain atau suatu emosi yang kuat penuh kasih sayang terhadap seseorang yang bersifat positif serta memiliki pengaruh positif.

Sternberg mengemukakan bahwa cinta memiliki tiga komponen, yaitu: keintiman (*intimacy*), hasrat (*passion*), dan komitmen (*commitment*) (Sternberg, 2009).

1. Keintiman (*intimacy*)

Keintiman (*intimacy*) adalah perasaan dalam suatu hubungan yang meningkatkan kedekatan, keterikatan, dan keterkaitan. Dengan kata lain bahwa intim mengandung pengertian sebagai elemen afeksi yang mendorong individu untuk selalu melakukan kedekatan emosional dengan orang yang dicintainya. Indikasi dari komponen keintiman diantaranya adalah:

- a) Keinginan meningkatkan kesejahteraan dari orang yang dicintai.
Seseorang akan memperhatikan kebutuhan dari orang yang dicintai dan kemudian meningkatkan kesejahteraan dirinya sendiri. Dengan harapan perbuatan itu akan mendapatkan balasan dari orang yang dicintai.
- b) Mengalami kebahagiaan bersama yang dicintai
Seseorang akan menikmati kegiatan yang dijalankan bersama pasangan. Ketika melakukan kegiatan tersebut bersama-sama maka pasangan akan menikmatinya dan membentuk kenangan-kenangan yang mungkin akan diingat pada masa-masa sulit di kemudian hari.
- c) Menghargai orang yang dicintai
Seseorang akan menghargai dan menghormati orang yang dicintainya. Walaupun ada kekurangan dan cacat pada diri pasangan tidak akan mengurangi penghargaan yang diberikan.
- d) Dapat mengandalkan orang yang dicintai
Seseorang akan merasakan bahwa pasangannya ada ketika di butuhkan. Ketika seseorang membutuhkan pasangannya, ia dapat memanggil dan berharap pasangannya akan segera datang.

- e) Saling mengerti dan memahami dengan orang yang dicintai
Pasangan kekasih akan saling mengerti satu sama lain. Seseorang memahami kelebihan dan kekurangan pasangannya dan bagaimana respon terhadap kelebihan dan kekurangan pasangan tersebut. Mampu memberikan empati terhadap kondisi emosi pasangannya.
- f) Menerima dukungan emosional dari orang yang dicintai
Seseorang akan merasa didukung oleh orang yang dicintai terutama pada saat-saat yang dibutuhkan.
- g) Memberi dukungan emosional kepada orang yang dicintai
Seseorang akan mendukung pasangannya dengan cara member empati dan dukungan emosional terutama pada saat yang dibutuhkan.
- h) Berkomunikasi secara akrab dengan orang yang dicintai
Seseorang mampu berkomunikasi dengan intens dan jujur terhadap pasangannya, berbagi perasaan-perasaan yang paling dalam.
- i) Menganggap penting orang yang dicintai dalam hidup
Seseorang merasa betapa pentingnya keberadaan orang yang dicintai dalam kehidupannya.

2. Hasrat (*passion*)

Hasrat dalam cinta cenderung tercampur aduk dengan perasaan keintiman, dan seringkali mendukung. Dalam beberapa hubungan dekat dengan lawan jenis komponen hasrat terbangun seketika sementara keintiman segera setelahnya. Hasrat bisa jadi merupakan hal pertama yang menarik individu kedalam suatu hubungan. Dalam hubungan dekat lainnya hasrat khususnya terkait dengan daya tarik fisik.

Hasrat meliputi rasa kerinduan yang dalam untuk bersatu dengan orang yang dicintai yang merupakan ekspresi dari kebutuhan seksual. Atau dengan kata lain bahwa *passion* merupakan elemen fisiologis yang menyebabkan seseorang merasa ingin dekat secara fisik, menikmati atau merasakan sentuhan fisik, ataupun melakukan hubungan seksual dengan pasangan hidupnya. Komponen hasrat juga mengacu pada dorongan yang mengarah pada ketertarikan fisik, konsumsi seksual dan perasaan suka dalam suatu hubungan percintaan, seperti kebutuhan seksual, keinginan dan kebutuhan untuk bertemu dengan pasangan, saling ingin diasuh dan mendominasi satu sama lain, memikirkan orang yang dicintai, ingin berkorban untuk yang dicintai.

3. Komitmen (*commitment*)

Komponen komitmen dapat kehilangan kehangatan atau tenaga keintiman dan hasrat sehingga hubungan cinta nyaris tak dapat mengelak dari pasang surutnya. Selama pasang surut komponen komitmen yang akan menjaga tetap terjalinnya sebuah hubungan. Komponen ini menjadi hal yang esensial untuk bisa melalui saat-saat sulit dan mengembalikan masa-masa yang lebih baik.

Komitmen dari cinta mengandung dua aspek, yang pertama adalah aspek jangka pendek dan yang kedua adalah aspek jangka panjang. Aspek jangka pendek adalah keputusan untuk mencintai seseorang. Sedangkan aspek jangka panjang adalah komitmen untuk menjaga cinta itu. Atau dengan kata lain bahwa komitmen adalah suatu ketetapan seseorang untuk bertahan bersama sesuatu atau seseorang sampai akhir. Indikasi dalam komponen komitmen adalah rasa ingin saling mempertahankan walau terjadi pasang surut dalam perjalanan rumah tangga.

B. Tipe-tipe Cinta menurut Sternberg

Kombinasi dari tiga komponen cinta menghasilkan 7 jenis cinta yang berbeda (Sternberg, 2009), jenis-jenis cinta sebagai berikut:

1. Rasa suka

Rasa suka merupakan tipe cinta yang hanya terdiri dari komponen intim (*intimacy*). Karakteristik dari tipe ini yaitu adanya perasaan kedekatan, pengertian, emotional support, kasih sayang dan kehangatan. Contohnya ada pada hubungan pertemanan yang tidak menimbulkan hasrat. Bahkan ketika hasrat itu muncul, maka seketika salah satu pihak akan merasakan kehilangan.

2. Cinta Nafsu

Cinta Nafsu merupakan tipe cinta yang hanya terdiri dari komponen hasrat (*passion*). Karakteristik dari tipe ini yaitu adanya ketertarikan secara fisik dan seksual. Tipe cinta ini seringkali terjadi di awal suatu hubungan dan disebut dengan 'cinta pada pandangan pertama'. Cinta dengan tipe ini dapat hilang dengan cepat karena tidak adanya komitmen dan kedekatan emosional.

3. Cinta Hampa

Cinta hampa merupakan tipe cinta yang hanya terdiri dari komponen komitmen. Karakteristik dari tipe ini yaitu adanya komitmen yang kuat untuk mempertahankan suatu hubungan. Cinta dengan tipe ini tidak memiliki komponen *intimacy* dan *passion*. Tipe ini dapat terjadi pada awal suatu pernikahan (misalnya karena perjudohan), dimana komponen *intimacy* dan *passion* belum berkembang. Selain itu, dapat pula terjadi pada hubungan yang telah berlangsung lama, dimana komponen *intimacy* dan *passion* telah berkurang (misalnya pada hubungan pernikahan yang telah hancur, namun harus bertahan demi anak). Pada kedua situasi tersebut, komitmen merupakan satu-satunya hal yang menyebabkan hubungan terus berlangsung.

4. Cinta Romantis

Cinta romantis merupakan tipe cinta yang terdiri dari *intimacy* dan *passion*. Individu merasakan adanya kedekatan secara emosional dan ketertarikan seksual, namun tidak memiliki komitmen yang serius. Karakteristik dari tipe ini adalah pasangan saling tertarik secara fisik, merasa seperti sahabat dan menghabiskan waktu bersama dengan nyaman. Cinta dengan tipe ini seringkali dimiliki oleh remaja dan dewasa awal.

5. Cinta Persahabatan

Cinta persahabatan merupakan tipe cinta yang terdiri dari *intimacy* dan komitmen. Karakteristik dari tipe cinta ini adalah adanya kedekatan secara emosional dan komitmen. Biasanya tipe ini ditemukan pada hubungan pernikahan yang telah berlangsung lama, dimana *passion* (ketertarikan fisik/seksual) telah hilang, namun pasangan tetap merasa adanya ikatan emosional yang mendalam dan komitmen (keputusan untuk tetap bersama). Selain itu, dapat pula ditemukan pada hubungan antar anggota keluarga. Cinta dengan tipe ini dapat berlangsung lama dan memuaskan.

6. Cinta Buta

Cinta buta merupakan tipe cinta yang terdiri dari hasrat dan komitmen. Karakteristik dari tipe ini yaitu adanya ketertarikan secara seksual dan komitmen dalam hubungan, namun tidak ada kedekatan emosional. Tipe cinta ini seringkali ditemui pada pasangan yang berkomitmen hanya berdasarkan ketertarikan seksual saja, tanpa adanya keinginan untuk mengembangkan kedekatan emosional agar hubungan lebih stabil.

7. Cinta Sempurna

Cinta sempurna merupakan tipe cinta yang lengkap dan merepresentasikan hubungan yang ideal. Karakteristik dari tipe ini adalah adanya kedekatan emosional, ketertarikan fisik/seksual, dan komitmen dalam hubungan. Sternberg mengungkapkan bahwa memertahankan *consumate love* lebih sulit daripada mencapainya. Pasangan yang awalnya memiliki cinta sempurna, apabila seiring waktu komponen *passion* menurun, maka tipe cinta akan berubah menjadi cinta persahabatan. Ia menekankan pada pentingnya mengungkapkan ketiga komponen cinta tersebut dalam tindakan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Metode kualitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek alamiah dimana peneliti merupakan instrument kunci, (Sugiyono, 2016). Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian, misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan secara holistic. Penelitian ini untuk mendeskripsikan implementasi dan dampak teori cinta pada keharmonisan keluarga.

Subjek penelitian ialah Jemaat GPT. Kristus Gembala. Teknik Penentuan subjek pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai tujuan yang diharapkan (Martono, 2010). Kriteria subjek yang ditentukan peneliti adalah pasangan dengan usia pernikahan 5-20 tahun dengan total berjumlah 4 pasangan suami istri. Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang dilakukan untuk mengumpulkan, mencari, dan memperoleh data dari responden serta informasi yang telah ditentukan. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yakni wawancara.

Analisis data dilakukan dengan model interaktif yaitu reduksi data, penyajian data/model data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi sebagai sesuatu yang jalin-menjalin pada saat sebelum, selama, dan sesudah pengumpulan data dalam bentuk yang sejajar, untuk membangun wawasan umum. Validasi data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi. Triangulasi adalah suatu teknik pemeriksaan keabsahan yang memanfaatkan sesuatu yang lain dari luar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembandingan terhadap data itu. Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber data, dilakukan dengan membandingkan dan mengecek baik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan cara yang berbeda (Bungin, 2008).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Pada bagian ini penulis akan memaparkan mengenai hasil temuan penelitian dan dilanjutkan dengan pembahasan.

a. Meningkatkan Kesejahteraan Pasangan

Berdasarkan hasil wawancara, subjek pertama (suami) berpendapat bahwa dalam mensejahterakan pasangan yang perlu dilakukan adalah sabar, mengajari pasangan agar lebih baik, dan jika pasangan melakukan kesalahan maka dipanggil untuk berkomunikasi. Lalu menurut Subjek Pertama (Istri) dengan membuat hal-hal yang lucu ketika pasangan marah dan memberikan hadiah untuk mensejahterakan pasangan.

Subjek Kedua (suami) mengatakan bahwa dalam hal mensejahterakan pasangan ketika pasangan marah tidak langsung ditanggapi, tetapi menunggu hingga tenang lalu pergi dan meminta maaf, memeluk dan mengelus kepalanya. Subjek Kedua (istri) menyatakan bahwa dalam hubungan jarak jauh dengan pasangan awalnya memang sulit namun harus menyertakan Tuhan agar memperoleh damai sejahtera, mengunjungi pasangan, dan memanjakan pasangan perlu dilakukan untuk dapat meningkatkan kesejahteraan.

Subjek Ketiga (Suami) mengatakan bahwa perlu untuk mengetahui hal-hal kecil seperti ukuran sepatu dan pakaian pasangan agar bisa membelikan hadiah, ataupun saling mengalah jika ada masalah. Subjek Ketiga (istri) mengatakan bahwa membuat sejahtera pasangan adalah mengunjungi pasangan, percaya kepada pasangan dan saling mengerti. Subjek Keempat (suami) mengatakan bahwa dalam mensejahterakan pasangan harus selalu ada, mendengar setiap keluhan pasangan, jangan meyalahkan pasangan tetapi sama-sama untuk mencari jalan keluar ketika mengalami masalah. Subjek Keempat (istri) mengatakan bahwa tidak hanya membelikan pakaian baru melainkan dengan selalu ada bagi pasangan, taat terhadap setiap permintaan pasangan, rajin, dapat memberikan yang terbaik dan tidak marah-marah merupakan hal-hal yang dapat mensejahterakan pasangan.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa untuk mensejahterakan pasangan yang dilakukan adalah sabar, mengajari pasangan agar lebih baik, komunikasi yang intens, humor, mengetahui hal-hal kecil seperti ukuran sepatu dan pakaian pasangan agar bisa membelikan hadiah, ketika pasangan marah tidak langsung ditanggapi (pengendalian diri), saling memaafkan, memeluk dan mengelus kepala, saling mengalah, percaya dan saling mengerti, mendengar setiap keluhan pasangan, tidak menyalahkan pasangan tetapi sama-sama untuk mencari jalan keluar ketika mengalami masalah, selalu ada bagi pasangan, taat terhadap setiap permintaan pasangan, rajin, dapat memberikan yang terbaik dan tidak marah-marah merupakan hal-hal yang dapat mensejahterakan pasangan. Terdapat pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh, strategi yang digunakan untuk meningkatkan kesejahteraan adalah menyertakan Tuhan agar memperoleh damai sejahtera, mengunjungi pasangan, dan memanjakan pasangan.

b. Mengalami Kebahagiaan

Berdasarkan indikator mengalami kebahagiaan, dalam wawancara subjek pertama (suami) mengatakan bahwa rumah tangganya selalu mengalami kebahagiaan walaupun keadaan susah, tidak memiliki uang dan makan seadanya. Subjek Pertama (istri) mengakui bahwa mengalami kebahagiaan karena tetap bersama dengan pasangannya. Demikian pula Subjek Kedua mengakui bahwa perjalanan rumah tangganya sangatlah bahagia. Subjek Ketiga (suami) mengakui bahwa rumah tangganya sangat bahagia dan berpendapat bahwa setiap rumah tangga memiliki kelebihan dan kekurangan, namun ada proses yang harus dinikmati agar tetap bahagia. Subjek Ketiga (istri) juga mengaku bahwa hidup rumah tangga selalu ada baik dan tidak baiknya, namun tetap bahagia karena semua itu merupakan proses yang harus dihadapi, dilalui dan dinikmati.

Subjek Keempat (suami) juga mengaku mengalami kebahagiaan dalam rumah tangga dengan cara mengajak pasangan untuk berkeliling melihat tempat yang disenangi. Subjek

Keempat (istri) mengakui bahwa dalam memenuhi kebahagiaan rumah tangga maka taat kepada pasangan, dan menganggap pasangan sebagai teman merupakan sumber kebahagiaan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pasangan suami istri hidup dalam kebahagiaan. Para subjek juga mengatakan bahwa rumah tangga memiliki kelebihan dan kekurangan, namun ada proses yang harus dinikmati agar tetap bahagia. Kebersamaan melewati setiap proses kehidupan (susah, tidak memiliki uang dan makan seadanya) dan refreking ke tempat-tempat yang indah membuat pasangan lebih bahagia.

c. Menghargai Pasangan

Berdasarkan indikator menghargai pasangan, Subjek Pertama (suami) mengakui jika ada pertengkaran dalam rumah tangga maka harus segera diselesaikan. Subjek Pertama (istri) mengatakan dengan bertanggung jawab dan mengerjakan tugasnya masing-masing supaya tidak menambah perdebatan atau permasalahan, itulah bentuk menghargai pasangan. Sedangkan menurut Subjek Kedua (suami) bentuk menghargai pasangan berarti harus saling sabar terhadap keadaan yang terjadi. Subjek Kedua (istri) mengatakan bahwa berkomunikasi juga merupakan bentuk menghargai pasangan.

Subjek Ketiga (suami) berpendapat bahwa dalam menghargai pasangan harus saling mengalah dan memanjakan pasangan. Menurut Subjek Ketiga (istri) bahwa menghargai pasangan dengan cara belajar menjadi pribadi yang lebih tenang dan dewasa. Selanjutnya menurut Subjek Keempat menghargai pasangan sangat diperlukan dalam sebuah rumah tangga. Subjek Keempat (suami) mengakui bahwa menghargai berarti dapat menerima pasangan dengan kelebihan dan kekurangannya. Subjek keempat (istri) mengatakan bahwa cara menghargai pasangan yaitu dengan mendengar setiap cerita atau keluh kesahnya.

Adapun wujud dari menghargai pasangan oleh para subjek adalah segera menyelesaikan masalah, bertanggung jawab, mengerjakan tugasnya masing-masing, saling sabar terhadap keadaan yang terjadi, komunikasi, saling mengalah dan memanjakan pasangan, menjadi pribadi yang lebih tenang, kalem dan dewasa, dapat menerima kelebihan dan kekurangan pasangan dan mendengar setiap cerita atau keluh kesah pasangan.

d. Dapat Mengandalkan Orang Yang Dicintai

Semua Subjek mengakui bahwa pasangannya masing-masing adalah orang yang dapat diandalkan. Subjek pertama (suami) mengatakan bahwa pasangan itu harus bisa dapat diandalkan dalam segala situasi baik susah dan senang. Di tambah dengan pengakuan Subjek Pertama (istri) yang mengatakan bahwa dalam keadaan tidak memiliki makan pasangannya rela untuk tidak makan demi pasangannya. Subjek Kedua (istri) yang memiliki hubungan jarak jauh juga berpendapat bahwa pasangan juga harus dapat diandalkan dalam segala situasi. Subjek Ketiga (suami) juga mengungkapkan bahwa pasangan harus dapat diandalkan jika tidak maka akan diceraikan, selain Subjek Ketiga (istri) mengatakan pasangan juga dapat menjadi orang tua dan kepala rumah tangga yang baik. Demikian pula Subjek Keempat (suami) mengakui bahwa pasangannya dapat diandalkan karena pasangan merupakan bagian dari hidupnya.

Para subjek mengakui bahwa pasangannya masing-masing adalah orang yang dapat diandalkan. Pasangannya dapat diandalkan dalam segala situasi baik susah dan senang, pasangan dapat menjadi orang tua dan kepala rumah tangga yang baik, pasangan dapat diandalkan karena pasangan merupakan bagian dari hidup.

e. Saling Mengerti dan Memahami

Subjek pertama (suami) mengakui bahwa awal pernikahan memang sulit dalam memahami pasangan, karena perbedaan umur yang cukup jauh. Subjek Pertama (istri) mengakui bahwa awalnya juga sulit namun dengan berjalannya waktu dan sering bersama maka rasa memahami itu timbul. Saat ini bahkan hanya dengan saling melihat tanpa berbicara, dapat memahami apa yang dibutuhkan oleh pasangan. Sedangkan menurut Subjek Kedua (Istri) yang memiliki hubungan jarak jauh mengatakan bahwa jika pasangan saling memahami berarti saling mengerti dalam situasi dan kondisi apapun. Subjek Ketiga juga berpendapat demikian, katanya saling memahami dan mengalah jika ada masalah dalam rumah tangga. Subjek Ketiga (istri) mengatakan bahwa ketika menikah harus memiliki perencanaan yang matang, dan dengan mengikuti perencanaan yang sudah dibuat.

Menurut Subjek Keempat perkara saling memahami adalah hal yang wajib dilakukan dalam hubungannya terutama karena kondisi tidak memiliki keturunan. Subjek Keempat (suami) mengatakan bahwa pasangan harus dapat memahami keadaan pasangannya, walaupun belum memiliki keturunan. Subjek Keempat (istri) juga mengatakan selalu memahami pasangan dengan cara menghargai dan memberikan kasih sayang yang tulus.

Subjek penelitian mengakui bahwa awal pernikahan memang sulit dalam memahami pasangan, namun dengan berjalannya waktu dan sering bersama maka rasa memahami itu timbul. Saling mengerti dan memahami adalah hal yang wajib dilakukan dalam segala keadaan. Wujudnya adalah dengan mengalah jika ada masalah dalam rumah tangga dan memberikan kasih sayang yang tulus.

f. Berkomunikasi Secara Akrab

Semua Subjek mengakui bahwa berkomunikasi merupakan hal yang penting dan sering dilakukan. Subjek pertama (suami) mengatakan bahwa komunikasi dengan pasangannya dilakukan setiap hari agar dapat berbagi masalah yang dialami waktu bekerja. Subjek Kedua dengan hubungan jarak jauh juga mengatakan bahwa dalam rumah tangga komunikasi merupakan hal yang penting sehingga selalu berusaha melakukannya melalui saluran telepon. Subjek Ketiga juga mengatakan bahwa komunikasi adalah hal yang penting dalam rumah tangga, karena jika tidak ada komunikasi maka pasangan tidak dapat mengetahui apa yang diinginkan atau apa yang menjadi masalah dalam rumah tangga. Subjek Keempat mengatakan hal yang sama dengan pasangan-pasangan sebelumnya yaitu dalam rumah tangga komunikasih merupakan hal yang penting dan sering dilakukan, wktu terbaik untuk saling berbagi cerita adalah sesaat sebelum tidur malam.

Subjek melakukan komunikasi yang intens dengan pasangan setiap hari yakni berbagi masalah yang dialami waktu bekerja. Komunikasi merupakan hal yang penting sehingga selalu berusaha melakukannya melalui saluran telepon, jika tidak ada komunikasi maka pasangan tidak dapat mengetahui apa yang diinginkan atau apa yang menjadi masalah dalam rumah tangga. Waktu terbaik untuk saling berbagi cerita adalah sesaat sebelum tidur malam.

g. Memberi dan Menerima Dukungan Emosional

Subjek Pertama (suami) mengatakan bahwa pasangannya sering memberikan dukungan dengan cara setia mendengar setiap ceritanya setelah pulang kantor. Subjek Pertama (istri) mengatakan dengan memberikan kesempatan untuk terus mencoba jika mengalami kendala merupakan bentuk dukungan emosional kepada pasangan. Subjek Kedua, Subjek Ketiga dan Subjek Keempat mengakui bahwa dalam rumah tangga harus saling memberikan dan menerima dukungan emosional. Subjek Kedua (suami) yang memiliki hubungan jarak jauh

tetap menjaga keharmonisan dengan saling mendukung dan memberikan dukungan emosional kepada pasangan.

Subjek Ketiga (suami) mengatakan bahwa lamanya usia pernikahan itu akan membuat rumah tangga menjadi bosan, namun sebagai pasangan harus saling mendukung, dengan cara mengatakan hal-hal yang romantis seperti masih pacaran, misalnya mengatakan kalimat cinta. Lalu Subjek Keempat yang masih bertahan selama 15 tahun tanpa memiliki anak pun mengatakan hal yang sama. Tindakan memberi dan menerima dukungan emosional adalah hal yang penting dalam hubungan rumah tangga karena dapat menjaga keutuhan rumah tangga.

Subjek bersama-sama mengakui bahwa dalam rumah tangga harus saling memberikan dan menerima dukungan emosional. Subjek yang bekerja mendapatkan dukungan dari pasangan dengan cara setia mendengar setiap ceritanya setelah pulang kantor. Dukungan emosional lain yang dikerjakan adalah dengan mengucapkan kata-kata cinta kepada pasangan. Subjek yang telah menikah selama 15 tahun tanpa memiliki anak pun mengatakan hal yang sama. Tindakan memberi dan menerima dukungan emosional adalah hal yang penting dalam hubungan rumah tangga karena dapat menjaga keutuhan rumah tangga.

h. Menganggap Penting Orang Yang Dicintai

Menurut semua Subjek, pasangannya masing-masing adalah orang yang penting dalam kehidupannya. Subjek Pertama (suami) juga mengatakan bahwa pasangannya penting karena Subjek Pertama (istri) yang selalu bersama dalam hidupnya. Subjek Keempat (istri) bahkan tidak pernah membayangkan bagaimana kisah hidupnya tanpa pasangannya tersebut.

Para subjek mengatakan dengan penuh ketulusan bahwa pasangan mereka masing-masing adalah orang yang penting dalam kehidupannya. Mereka bahkan tidak pernah membayangkan bagaimana kisah hidupnya tanpa pasangannya tersebut.

i. Dekat Secara Fisik dan Menikmati Sentuhan Fisik

Subjek Pertama (suami) mengatakan bahwa tidak dapat terpisah jauh dari pasangan, dan selalu ingin bersama. Subjek Pertama (istri) juga mengatakan hal demikian. Jika terpaksa harus keluar kota maka selalu berusaha untuk terus berkomunikasi. Subjek Kedua yang adalah pasangan jarak jauh mengakui bahwa setiap hari di sela-sela waktu kerja saling menghubungi karena ingin bersama.

Subjek Ketiga (suami) mengatakan bahwa dekat dengan pasangan merupakan hal yang wajib dan membahagiakan. Pelukan dan tindakan manja akan memberikan suatu kebahagiaan tersendiri. Subjek ketiga (istri) mengatakan bahwa dekat dengan pasangan merupakan hal yang harus dilakukan karena sudah menikah. Subjek Keempat mengatakan bahwa dengan dipeluk oleh pasangan dapat memberi semangat yang baru, dan mengajak pasangan untuk berjalan-jalan adalah cara untuk selalu dekat dengan pasangan.

Kedekatan fisik adalah hal yang sangat penting bagi para subjek. Para subjek mengatakan bahwa tidak dapat terpisah jauh dan lama dari pasangan dan selalu ingin bersama. Jika terpaksa harus keluar kota maka selalu berusaha untuk terus berkomunikasi. Subjek yang menjalin hubungan jarak jauh pun mengakui bahwa setiap hari di sela-sela waktu kerja saling menghubungi karena ingin bersama. Kedekatan dengan pasangan merupakan hal yang wajib dan membahagiakan. Pelukan dan tindakan manja akan memberikan suatu kebahagiaan tersendiri. Pelukan dan mengajak pasangan untuk jalan-jalan adalah cara untuk selalu dekat dengan pasangan.

j. Melakukan Hubungan Seks

Subjek pertama berpendapat bahwa hubungan seks merupakan hal yang penting. Subjek Pertama (suami) mengemukakan bahwa melakukan hubungan seks dapat membuat pasangan lebih dekat secara fisik dan emosi. Subjek pertama (istri) mengatakan bahwa hubungan seks penting karena itu satu-satunya cara mendapatkan keturunan. Subjek Kedua yang adalah pasangan jarak jauh mengatakan bahwa hubungan seks adalah kebutuhan yang sangat penting dalam rumah tangga. Subjek Kedua (istri) mengakui bila Subjek Kedua (suami) memperoleh kesempatan pulang maka pasti akan melakukan hubungan seks sampai pada tahap kepuasan. Subjek ketiga juga mengatakan hal yang sama, bahwa hubungan seks merupakan hal yang penting. Hubungan seks merupakan hubungan badan untuk memperoleh keturunan dan kepuasan seks.

Menurut Subjek Keempat (suami) hubungan badan itu diperlukan dalam sebuah rumah tangga asalkan dilakukan dengan baik untuk menjaga kesehatan. Subjek Keempat (suami) menambahkan bahwa walaupun belum memiliki anak namun tetap melakukan hubungan seks, karena dengan hubungan seks juga dapat mempererat hubungan suami dan istri. Sedangkan Subjek Keempat (istri) menyarankan agar melakukan hubungan seks sebaiknya 2 kali seminggu untuk yang baru menikah dan ingin memiliki anak. Namun bagi yang sudah tua terkadang sudah tidak ada gairah yang mendalam seperti awal menikah, karena faktor umur dan tenaga yang sudah tidak mampu.

Para subjek mengatakan bahwa hubungan seks merupakan hal yang penting. Melakukan hubungan seks dapat membuat pasangan lebih dekat secara fisik dan emosi. Para subjek melakukan hubungan seks 2 kali seminggu untuk yang baru menikah dan ingin memiliki anak. Subjek yang menjalin hubungan jarak jauh mengatakan bahwa hubungan seks adalah kebutuhan yang sangat penting dalam rumah tangga. Jika ada kesempatan untuk bersama maka pasti akan melakukan hubungan seks sampai pada tahap kepuasan

k. Mempertahankan Hubungan dan Keputusan Untuk Mencintai

Berdasarkan hasil penelitian, Subjek Pertama (suami) mengatakan bahwa dalam mempertahankan hubungan dan tetap mencintai pasangan dengan cara berdoa, mempercayai pasangan, bercerita, jujur, dan terbuka terhadap pasangan. Subjek Pertama (istri) mengatakan bahwa ada perbedaan usia yang jauh dalam pernikahan dan pernah mengalami kesulitan, namun dengan berdoa dan berserah semuanya dapat teratasi dengan baik. Subjek Kedua (suami) berpendapat bahwa dengan menganggap pasangan sebagai pelengkap, pendamping dan segalanya maka dapat mempertahankan hubungan rumah tangga. Subjek Kedua (istri) mengatakan bahwa dengan berkomunikasi, berdoa dan saling percaya merupakan hal untuk dapat mempertahankan hubungan rumah tangga.

Subjek Ketiga (suami) berpendapat bahwa dengan mencintai secara tulus, setia, dan sadar telah memiliki pasangan, dan menjaga komitmen. Subjek Ketiga (istri) juga mengatakan bahwa dengan menjaga cinta, saling percaya dan selalu setia maka rumah tangga akan tetap terjaga dengan baik. Subjek Keempat (suami) mengatakan dengan mencintai dan menghargai pasangan dapat mempertahankan hubungan dan menjaga cinta yang sudah ada. Walaupun belum memiliki anak namun tetap saling menghargai dan tidak mempersalahkan pasangan. Subjek Keempat (istri) pernah mengalami masalah dalam rumah tangga karena ia selalu menyalahkan diri sendiri, namun pasangannya selalu ada dan membuktikan kata-katanya bahwa tidak akan pernah menyalahkan dan meninggalkannya.

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa subjek mempertahankan hubungan dan tetap mencintai pasangan dengan cara berdoa, mempercayai pasangan, komunikasi, jujur, dan terbuka terhadap pasangan, menganggap pasangan sebagai pelengkap,

pendamping dan segalanya, mencintai secara tulus, setia, dan sadar jika telah memiliki pasangan, dan menjaga komitmen itu sendiri, menghargai pasangan dapat mempertahankan hubungan dan menjaga cinta yang sudah ada. Walaupun belum memiliki anak namun tetap saling menghargai dan tidak mempersalahkan pasangan.

2. Pembahasan

Teori cinta yang dikemukakan oleh Sternberg, pertama tentang keintiman yang merupakan perasaan dalam suatu hubungan untuk meningkatkan kedekatan, keterikatan, dan keterkaitan. Dari hasil temuan penelitian, mengatakan bahwa dalam rumah tangga yang harmonis diperlukan keintiman. Empat subjek dalam penelitian ini membuktikan bahwa dalam rumah tangga yang dibangun membutuhkan indikator-indikator yang dikemukakan oleh Sternberg dalam komponen keintiman. Indikator pertama dalam komponen keintiman adalah mensejahterakan pasangan. Penulis menemukan bahwa diperlukan kesabaran dalam mengajari pasangan ketika melakukan kesalahan, memberitahu masalah yang terjadi, melakukan hal-hal yang lucu ketika pasangan marah dan membelikan hadiah kepada pasangan merupakan cara untuk mensejahterakan pasangan. Selain itu dalam hasil temuan menemukan bahwa pasangan jarak jauh pun tetap meningkatkan kesejahteraan pasangannya, dengan cara mengunjungi pasangan, memanjakan pasangan dengan mengelus kepala, jika pasangan marah atau jengkel segera mengatur jadwal untuk dapat bertemu dan meminta maaf dengan begitu pasangan dapat merasakan kesejahteraan. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa jarak yang memisahkan individu dengan pasangannya tidak mempengaruhi jalinan cinta yang hadir di dalam pernikahan (Widhistyasari & Abidin, 2016). Lalu bagi pasangan yang sudah lama menikah namun belum dikarunia anak mengatakan bahwa mensejahterakan pasangan merupakan hal yang penting. Caranya adalah selalu ada bagi pasangan, tidak menyalahkan pasangan atau diri sendiri karena belum memiliki keturunan, namun tetap setia, mendengarkan apa yang dikatakan oleh pasangan dan melakukannya merupakan cara untuk mensejahterakan pasangan.

Indikator kedua dari komponen keintiman adalah mengalami kebahagiaan, penulis menemukan bahwa semua subjek penelitian merasa bahagia hidup rumah tangganya. Ke empat pasang subjek selalu mengalami kebahagiaan walaupun terkadang tidak memiliki makanan yang cukup, atau berkekurang namun bagi ke empat pasang subjek mengatakan bahwa lewat masa sulit yang terjadi subjek diproses untuk menjadi lebih baik. Oleh karena itu ke empat pasang subjek mengaku selalu bahagia dalam kehidupan rumah tangganya. Bagi pasangan yang belum memiliki keturunan mengakui bahwa kehidupan rumah tangganya tetap bahagia dengan menganggap pasangan sebagai teman, sahabat, dan selalu meluangkan waktu untuk berjalan-jalan melihat kota agar hubungan rumah tangga tetap terjalin dengan baik dan harmonis.

Menghargai pasangan merupakan indikator ke tiga, menghargai pasangan adalah hal yang perlu dilakukan dalam sebuah rumah tangga. Hasil temuan mengungkapkan bahwa salah satu bentuk penghargaan kepada pasangan ketika menghadapi masalah dalam rumah tangga maka harus segera untuk diselesaikan. Menghargai pasangan juga tidak menuntut pasangan untuk dapat memberikan keturunan, namun dengan menghargai dan mendengar setiap keluhan dari pasangan juga merupakan bentuk penghargaan kepada pasangan.

Berdasarkan indikator dapat mengandalkan orang yang dicintai, pasangan merupakan tempat untuk berbagi keluhan karena dalam rumah tangga pasangan harus dapat diandalkan. Menurut ke empat pasang subjek mengaku bahwa pasangan adalah orang yang dapat diandalkan dalam segala situasi. Ketika tidak memiliki uang yang cukup dan persediaan makanan yang kurang maka pasangan harus rela untuk saling berbagi, pasangan juga

merupakan orang tua yang dapat melindungi pasangannya dalam keadaan sulit sehingga keharmonisan rumah tangga dapat tetap terjaga.

Selanjutnya berdasarkan indikator saling mengerti dan memahami, mengajarkan tentang dalam berumah tangga memahami pasangan sangat dibutuhkan. Diakui oleh ke empat pasangan subjek bahwa dalam rumah tangga harus menerapkan indikator tersebut. Dari hasil temuan penelitian mengatakan bahwa diawal pernikahan sangat sulit untuk memahami pasangan. Pasangan yang memiliki perbedaan usia yang jauh mengalami kesulitan dalam mengatur uang bulanan, dan belum dapat memahami jika pasangan lelah, namun dengan sabar dan terus belajar pasangan mulai memahami dan dapat mengerti pasangannya hanya dengan bertatap. Bagi pasangan jarak jauh mengatakan bahwa dalam memahami pasangan berarti harus paham dengan keadaan pasangan tersebut. Lalu pasangan yang belum memiliki anak mengatakan bahwa saling menghargai dan memberikan kasih sayang yang tulus seperti menerima bahwa Tuhan memiliki rencana yang terbaik dalam kehidupan rumah tangganya.

Dalam indikator berkomunikasi secara akrab, ditemukan bahwa ke empat pasangan subjek mengatakan komunikasi merupakan salah satu hal yang penting dalam hubungan rumah tangga. Karena jika pasangan menginginkan sesuatu atau tidak menyukai sesuatu perlu berdiskusi bersama pasangan sebab pasangan bukanlah Tuhan yang mengetahui segalanya. Dari hasil temuan penelitian juga mengungkapkan bahwa keempat pasang subjek sering berkomunikasi, apalagi sebelum tidur. Bahkan bagi pasangan jarak jauh mengatakan bahwa sering menyempatkan waktu untuk dapat berkomunikasi dengan cara menelpon dan videocall.

Memberi dan menerima dukungan emosional juga merupakan indikator dari aspek keintiman. Menurut hasil temuan mengungkapkan bahwa sering memberikan dukungan dengan cara selalu setia mendengarkan cerita dari pasangan. Kemudian tetap memberi kata-kata semangat seperti mengatakan "love you", "aku mengasihimu", atau ketika pasangan gagal melakukan sesuatu maka dapat mengatakan "jangan menyerah", "ayo coba lagi" merupakan bentuk dukungan yang dapat diberikan kepada pasangan.

Indikator terakhir dalam aspek keintiman adalah menganggap penting orang yang dicintai. Menganggap penting orang yang dicintai merupakan hal yang sering dilakukan oleh pasangan. Hasil temuan yang ada dilapangan mengatakan bahwa pasangan merupakan orang yang penting dalam kehidupan seseorang karena selalu bersama dalam segala situasi dan kondisi. Pasangan yang selalu mendukung dan sabar ketika melakukan kesalahan.

Hasil penelitian tentang *intimacy* diperoleh bahwa *Intimacy* ditunjukkan dengan keinginan meningkatkan kesejahteraan pasangan, di mana suami melakukan peran dalam bertanggungjawab untuk mencari nafkah bagi keluarga; pemahaman satu sama lain; dan menjalin komunikasi terbuka. Sementara *intimacy* istri yakni sebagai partner dalam menjaga hubungan pernikahan, yakni dengan memberikan perhatian kepada suami, mencoba saling mengenal, dan memberikan dukungan untuk suami terutama ketika sakit. (Tjajadi & Ajisuksmo, 2018)

Komponen yang kedua adalah hasrat. Hasrat merupakan dorongan yang mengarah pada ketertarikan fisik, konsumsi seksual dan perasaan suka dalam suatu hubungan percintaan, seperti kebutuhan seksual, keinginan dan kebutuhan untuk bertemu dengan pasangan, saling ingin diasuh dan mendominasi satu sama lain, memikirkan orang yang dicintai, ingin berkorban untuk yang dicintai. Indikator yang mendukung komponen hasrat adalah kedekatan secara fisik dan menikmati sentuhan fisik. Dari hasil temuan penelitian mengatakan bahwa tidak dapat terpisah jauh dari pasangan, jika pasangan pergi berlibur ke kampung halaman maka akan menelpon dan meminta untuk segera pulang. Dipeluk, dimanja oleh pasangan merupakan kebahagiaan yang tidak dapat diungkapkan, dengan dipeluk oleh pasangan juga dapat memberikan semangat yang baru ketika bekerja. Jadi dekat secara fisik merupakan

kebahagiaan dan hal yang penting untuk dilakukan oleh pasangan. Pasangan yang memiliki hubungan jarak jauh selalu menyempatkan waktu untuk dapat mengunjungi pasangan.

Selain itu dalam indikator melakukan hubungan seksual yang mendukung komponen hasrat. Penulis menemukan bahwa kepuasan seksual juga merupakan kebutuhan penting dalam hubungan rumah tangga. Hasil temuan ini mengungkapkan bahwa melakukan hubungan seks dapat meningkatkan kedekatan pasangan baik secara fisik dan emosi. Selain itu juga dapat memperbanyak keturunan. Hubungan seksual merupakan hal yang penting karena pasangan jarak jauh pun ketika pulang untuk mengunjungi pasangan tetap melakukan hubungan seksual walaupun tidak sering. Diakui bahwa kebutuhan seksual adalah cara untuk menjaga keharmonisan rumah tangga, karena pasangan yang sudah menikah selama 15 tahun dan belum memiliki anak tetap melakukan hubungan seksual. Hasil penelitian tentang hasrat menunjukkan bahwa kebanyakan pasangan tidak tertarik pada faktor fisik tetapi karena kecocokan kepribadian (Tjajadi & Ajisuksmo, 2018). Akan tetapi terdapat penelitian lain yang menunjukkan bahwa komponen hasrat adalah komponen yang paling rendah diantara komponen keintiman dan komitmen pada pasangan pasca melahirkan (Cindy et al., 2018).

Komponen yang ketiga adalah komitmen. Komitmen adalah rasa ingin saling mempertahankan walau terjadi pasang surut dalam perjalanan rumah tangga. Mempertahankan hubungan dan keputusan untuk mencintai merupakan indikator dari komponen keintiman. Berdasarkan indikator tersebut, hasil temuan mengungkapkan bahwa mempertahankan hubungan agar tetap langgeng dengan cara berdoa, percaya kepada pasangan, bercerita dan jujur atau terbuka dengan pasangan dalam keadaan apapun. Selain itu dengan menganggap pasangan sebagai pelengkap, pendamping dan segalanya maka dapat mempertahankan rumah tangga. Dengan tulus mencintai, setia dan sadar jika telah memiliki pasangan juga merupakan cara untuk mempertahankan hubungan rumah tangga. Lalu bagi pasangan yang dapat bertahan walaupun tidak memiliki anak mengatakan bahwa hanya dengan saling menghargai, menjaga cinta dengan tulus dan percaya kepada Tuhan maka semuanya akan tetap terjaga dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian, komitmen adalah komponen cinta yang sering muncul dalam setiap tahap pernikahan. Komponen cinta yang selalu muncul pada masing-masing tahap pernikahan pada pasangan. Dengan adanya komitmen, pasangan ini dapat mempertahankan keutuhan pernikahannya hingga lebih dari lima tahun. (Dari et al., 2012). Penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara cinta komitmen dengan kepuasan pernikahan (Fatimah, 2018). Komitmen juga dapat meningkatkan kesetiaan istri kepada suami (Amana et al., 2020).

Dari hasil temuan-temuan tersebut mengungkapkan bahwa ketiga komponen yang dikemukakan oleh Sternbeg sangat berperan dalam keharmonisan sebuah rumah tangga. Namun ditemukan juga bahwa selain ke tiga komponen tersebut ada hal lain yang dapat membangun keharmonisan dalam rumah tangga. Yaitu sebagai orang beriman dengan mempercayai Tuhan, buktinya adalah dari ke empat pasangan subjek mengakui bahwa ketika mengalami masalah dalam hubungan seksual, kemudian pasangannya tidak dapat melayaninya selama dua tahun, dan diakui juga bahwa hal itu merupakan hal yang sulit namun dengan melibatkan Tuhan sebagai orang percaya maka hal itu dapat teratasi dengan baik dan tidak merusak keharmonisan yang sudah dibangun. Begitupun juga dengan pasangan yang memiliki hubungan jarak jauh tidak hanya menggunakan ke tiga komponen tersebut namun selalu berdoa dan melibatkan Tuhan dalam membangun keharmonisan rumah tangganya. Lalu bagi pasangan yang sudah menikah selama 15 tahun namun belum dikarunia anak, mengatakan bahwa jika bukan karena Tuhan maka rumah tangga yang dibangun tidak dapat bertahan. Ketika belum memiliki anak walaupun sudah melakukan hubungan seksual namun tetap mengucap syukur dan mengakui bahwa semua yang terjadi adalah rencana Tuhan yang terbaik dalam kehidupan rumah tangganya.

SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

Berdasarkan hasil temuan penelitian ditemukan bahwa adanya kaitan antara teori cinta Sternberg dalam keharmonisan rumah tangga di jemaat GPT. Kristus Gembala Kupang. Dari hasil analisa dan pembahasan, maka penulis dapat menyimpulkan bahwa keharmonisan rumah tangga erat kaitannya dengan teori cinta Sternberg. Sekalipun subjek yang diteliti tidak mengetahui tentang teori cinta Sternberg, namun dalam kehidupan rumah tangganya teori ini teraplikasi. Dalam membangun keharmonisan dibutuhkan ketiga komponen yang terdapat dalam teori cinta Sternberg. Keharmonisan didasarkan pada komponen keintiman pasangan suami-istri, yang tidak dekat secara fisik dan psikis maka keharmonisannya tidak dapat dibangun. Begitupun juga dengan komponen hasrat, dalam sebuah rumah tangga tidak memiliki hasrat satu dengan lain, tidak memiliki keinginan untuk melakukan hubungan seksual dengan baik maka keharmonisan akan menjadi hambar. Dan dalam sebuah rumah tangga juga dibutuhkan komponen komitmen, yaitu komitmen dalam menjaga keharmonisan, komitmen untuk tetap menjaga cinta kepada pasangan, komitmen untuk saling mempertahankan hubungan dalam rumah tangga. Namun kenyataannya dalam rumah tangga tentu mengalami permasalahan-permasalahan yang dapat merusak keharmonisan seperti percekocokan antara suami dan istri dalam hal mengurus anak, mengurus makan-minum, menyatukan pendapat, tempat tinggal yang berbeda atau hubungan jarak jauh karena pekerjaan, masalah komunikasi yang kurang. Dari masalah-masalah yang dialami tersebut sehingga diperlukan ke tiga komponen teori cinta agar dapat membantu mempertahankan keharmonisan dalam sebuah rumah tangga.

Hal lain yang juga penulis temukan adalah sebuah rumah tangga yang harmonis membutuhkan keterlibatan Tuhan. Masalah-masalah yang terjadi dapat diatasi dengan percaya dan berserah kepada Tuhan.

2. Saran/rekomendasi

Saran yang dapat diberikan oleh penulis dari hasil penelitian ini adalah dalam bidang studi bimbingan konseling terkhususnya konseling keluarga dapat menggunakan teori cinta Sternberg sebagai acuan untuk keluarga-keluarga yang mengalami ketidak harmonisan dalam rumah tangga. Penelitian ini terbatas pada lingkup yang kecil dan di Gereja, oleh sebab itu kepada peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti lebih dalam tentang teori cinta Stenberg dalam keharmonisan rumah tangga pada konteks lingkungan yang berbeda dan luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Amana, L. N., Suryanto, S., & Arifiana, I. Y. (2020). Manajemen Kesetiaan Istri yang Menjalani Long Distance Marriage pada Istri Pelaut. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*. <https://doi.org/10.30659/psisula.v1i0.7697>
- Bungin, Burhan. (2008). *Analisis data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Chapman, G. (n.d.). (2015). *The Five Love Languages of Teenagers: The Secret to Loving Teens Effectively Gary Chapman*. 63.
- Cindy, E., Wati, L., & Wijaya, E. (2018). Gambaran Triangular Of Love Pada Pasutri Pasca Melahirkan. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*.

<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.923>

- Dari, D., Segitiga, T., Robert, C., & Pangamiani, K. D. (2012). *Terbentuknya Cinta Pasangan Menikah Tanpa Berpacaran*. 260–263.
- Data Sistem Informasi Penelusuran Perkara Pengadilan Negeri Kupang periode 2018-2019”. (2019). <https://www.sip.pn-kupang.go.id>
- Fatimah, S. (2018). Hubungan Cinta Komitmen dengan Kepuasan Pernikahan dimoderatori oleh Kebersyukuran. *PSIKODIMENSIA*. <https://doi.org/10.24167/psidim.v17i1.1428>
- Indriastuti, I. N. A. F. N. (2014). Perbedaan Cinta (Intimacy, Passion, Commitment) Ditinjau dari Lamanya Usia Perkawinan pada Istri yang Bekerja. *Psikologi Industri Dan Organisasi*.
- Martono, Nanang. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif: Analisis isi dan Analisis Data Sekunder*. PT. Remaja Rosdakarya
- Pasongli, I. (2017). Triangulasi Cinta, Keharmonisan Keluarga dan Kesiapan Menikah pada Dewasa Muda yang Berpacaran. *Biopsikosial: Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*.
- Penatimor. (2018). Angka Perceraian Usia Muda di Kota Kupang Tergolong Tinggi. Di unduh dari: <https://penatimor.com>.
- Premaswari, C. D., & Lestari, M. D. (2018). Peran Komponen Cinta Pada Sikap Terhadap Hubungan Seksual Pranikah Remaja Akhir Yang Berpacaran Di Kabupaten Bangli. *Jurnal Psikologi Udayana*. <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i02.p07>
- Setiawan, Y. (2014). Kesempurnaan Cinta dan Tipe Kepribadian Kode Warna. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i01.373>
- Simanjuntak, Bungaran. (2013). *Harmonious Family: Upaya Membangun Keluarga Harmonis*. Jakarta: Pustaka Yayasan Obor Indonesia.
- Sternberg, R. J. (2004). A Triangular Theory of Love. In *Close Relationships: Key Readings*. <https://doi.org/10.4324/9780203311851>
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Surijah, E. A., Sabhariyanti, N. K. P. D., & Supriyadi, S. (2019). Apakah Ekspresi Cinta Memprediksi Perasaan Dicintai? Kajian Bahasa Cinta Pasif dan Aktif. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 1–14. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i1.4513>
- Susanti, A., & Widjanarko, M. (2015). Fenomena Cinta Lesbian. *Jurnal Psikologi Undip*. <https://doi.org/10.14710/jpu.14.2.160-173>
- Tjajadi, O. P., & Ajisuksmo, C. R. P. (2018). Deskripsi Intimacy, Passion, Dan Commitment Pasangan Suami Istri Yang Menikah Secara Katolik. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(2), 170. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.858>
- Widhistyasari, P., & Abidin, Z. (2016). Jarak Sebagai Ujian Cinta: Eksplorasi Pengalaman Istri Yang Menjalani Commuter Marriage Dengan Interpretative Phenomenological Analysis. *Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip*.

Wismanto, Y.B. (2004). Kepuasan Perkawinan: *Ditinjau* dari komponen cinta dalam perkawinan, kesediaan berkorban, penyesuaian diadik, kesetaraan pertukaran dan persepsi terhadap perilaku pasangan. *[Disertasi]* Program Pascasarjana-Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Zakiah, Dradjat. (2005). *Ketenangan dan Kebahagiaan dalam Keluarga*. Jakarta: Bulan Bintang.