

## KESEPIAN PADA ISTRI TENTARA NASIONAL INDONESIA

Tanti Yusnita<sup>1</sup>, Ris'an Rusli<sup>2</sup>, Budiman<sup>3</sup>

Program Studi Psikologi Islam UIN Raden Fatah Palembang

<sup>1</sup> tanti.tt5@gmail.com, <sup>2</sup> risanrusli\_uin@radenfatah.ac.id, <sup>3</sup> budibahrien@gmail.com

### ABSTRACK

The departure of the husband because he had to carry out the task of making the husband and wife have to live separately, this condition can be said as precipitating events that make the wife feel lonely. The purpose of the study was to find out how and the loneliness factor in the wife's stay. This research is a qualitative research phenomenon that has a meaning or concept about the experience of loneliness and influence of the wife. The results of this study found that the three research subjects experienced loneliness socially and emotionally and the factors that caused loneliness were far from their husbands, families and the environment that were not good.

**Keywords:** Loneliness, Wife, Indonesian National Army

### ABSTRAK

Kepergian suami karena harus melaksanakan tugas membuat suami dan istri harus tinggal secara terpisah, kondisi tersebut dapat dikatakan sebagai *precipitating events* yang membuat istri merasa kesepian. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui bagaimana dan faktor penyebab kesepian pada isteri tentara yang di tinggal tugas. Penelitian ini merupakan fenomena penelitian kualitatif yang memiliki makna atau konsep tentang pengalaman kesepian dan pengaruh istri. Hasil penelitian ini menemukan bahwa ketiga subjek penelitian mengalami kesepian secara sosial dan emosional dan faktoryang menjadi penyebab kesepian adalah jauh dari suami, keluarga dan lingkungan yang kurang baik.

**Kata Kunci:** Kesepian, Istri, Tentara Nasional Indonesia

### PENDAHULUAN

Aristoteles, seorang filsuf Yunani yang terkemuka, pernah berkata bahwa manusia adalah *zoon politikan*, yaitu selalu mencari manusia lainnya untuk hidup bersama dan kemudian berorganisasi. Hidup bersama merupakan suatu gejala yang biasa bagi seorang manusia, dan hanya manusia-manusia yang memiliki kelainan yang mampu hidup mengasingkan diri dari orang-orang lainnya. Dalam bentuk yang terkecil, hidup bersama itu dimulai dengan adanya keluarga (Rasjid, 1991). Keluarga adalah fenomena universal, namun bersifat unik pada masing-masing keluarga. Keluarga bukan satu hal yang statis,

namun dinamis seiring dengan terjadinya perubahan yang terjadi di dunia ini. Keluarga tidak dapat terbentuk hanya keinginan salah satu individu, keluarga ada karena pernikahan antara dua individu berbeda jenis dan menghasilkan keturunan.

Seperti tercantum dalam Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 Pernikahan ialah ikatan lahir bathin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai pasangan suami istri. Pernikahan dianggap sebagai sesuatu yang sakral, sebab pernikahan memiliki aturan yang harus dipenuhi agar pelaksanaannya dapat dibedakan antara yang benar dan yang salah, pernikahan adalah hal

mendasar dalam pembentukan keluarga (Fauziah, 2011).

Keluarga merupakan kelompok sosial paling intim, yang diikat oleh relasisosial paling intim, yang diikat oleh relasi seks, cinta, kesetiaan dan pernikahan dimana wanita berfungsi sebagai istri, dan pria berfungsi sebagai suami. Dilihat dari segi naluri, dorongan paling kuat bagi wanita untuk kawin ialah: cinta dan mendapatkan keturunan dari orang yang dicintainya, walaupun hal ini menuntut banyak penderitaan lahir dan batin pada diri wanita tersebut. Penderitaan dalam status perkawinan ini oleh banyak sosiolog disebut sebagai " sindrom ibu-ibu rumah tangga " (Kartono, 1992).

Dalam sebuah pernikahan, kebahagiaan merupakan salah satu hal yang menjadi tujuan yang diharapkan namun, mencapai kebahagiaan pernikahan bukanlah hal yang mudah, karena kebahagiaan pernikahan dipengaruhi banyak faktor. Terkadang apa yang diharapkan oleh masing-masing individu tidak selalu sesuai dengan kenyataan setelah menjalani bahtera rumah tangga. Pernikahan menuntut adanya persiapan dan penyesuaian diri terhadap tuntutan peran dan tanggung jawab yang baru baik dari suami maupun istri. Oleh karena itu, meski kadang pasangan terlihat serasi dan saling mencintai, belum tentu merasa siap untuk menikah. Untuk mencapai keluarga yang bahagia dan kekal dibutuhkan sumber dan keterampilan khusus dari masing-masing pasangan, seperti apakah pasangan tersebut telah cukup matang secara personal untuk menerima tanggung jawab pernikahan (sunarti, 2013).

Persiapan pernikahan erat kaitannya dengan tingkat kebahagiaan sebuah perkawinan. Pernikahan yang dilakukan tanpa persiapan emosi, fisik, sosial, maupun material yang memadai dapat berdampak pada perjalanan rumah tangga yang dijalani

dan berpengaruh pada tingkat kebahagiaan yang dirasakan pasangan pernikahan tersebut.

Individu yang sudah menikah seringkali diasumsikan telah mencapai pemenuhan kebutuhan sosial bersama pasangannya, namun kenyataan yang ada individu tersebut dapat juga mengalami kesepian. Banyak pasangan merasa terasing dari teman hidupnya walaupun hidup bersama. Kepergian suami karena harus melaksanakan tugas membuat suami dan istri harus tinggal secara terpisah, kondisi tersebut dapat dikatakan sebagai *precipitating events* yang membuat istri merasa kesepian. Awal mula terjadinya kesepian dapat disebabkan oleh *precipitating events*, yaitu kejadian yang memunculkan timbulnya kesepian dari faktor-faktor yang mempengaruhi individu untuk mengalami kesepian (Perlman & Peplau, 1982).

Perlman dan Peplau (dalam Berhm, 2002:12) mengatakan bahwa kesepian adalah perasaan kekurangan dan ketidakpuasan yang disebabkan oleh sebuah perbedaan antara jenis hubungan sosial yang kita inginkan dan hubungan sosial yang kita miliki. Hal ini didukung dengan pendapat Graham yang juga mengatakan bahwa kesepian dapat menyerang individu setiap saat, tanpa memilih tempat atau keadaan. Individu dalam sebuah keramaian dapat mengalami kesepian karena merasa terasing, individu tersebut merasa tidak terpenuhi kebutuhan sosialnya meskipun dikelilingi oleh banyak orang.

Kesepian merupakan salah satu masalah psikologis yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan manusia. Setiap manusia pernah menghadapi situasi yang dapat menyebabkan kesepian. Berjuta-juta manusia kini adalah manusiayang kesepian, terkucil, terpisah dari hubungan dengan teman, sahabat, atau pasangan (Burns, D, 1998). Hubungan yang akrab dengan sesama semakin sulit dicari sehingga kesepian merupakan masalah yang tidak terhindarkan.

Apabila manusia mengalami kegagalan dalam menjalin hubungan sosial maka manusia akan mengalami kesepian. Kesepian bukan merupakan suatu gejala yang langka dan luar biasa. Kesepian telah menjadi sebuah fenomena yang universal. Setiap manusia dapat mengalami kesepian: tua atau muda, kaya atau miskin, laki-laki atau perempuan, bahkan juga individu yang menikah atau tidak menikah.

Kesepian dapat menimbulkan akibat negatif pada individu. Seorang psikiater dari Swiss, Tournier bahkan menyebut kesepian sebagai penyakit yang paling menghancurkan pada zaman sekarang. Individu yang menderita kesepian akan terhambat kemampuannya untuk berkembang dengan baik dan melakukan kegiatan-kegiatan yang produktif. Hasil penelitian Lambert bahwa ada perilaku-perilaku tertentu yang sering dilakukan individu untuk mengatasi rasa kesepian, beberapa diantaranya adalah: perilaku konsumtif, pesta-pora, tidur, menangis, menyendiri, menonton TV, ikut dalam kelompok tertentu, minum-minuman keras, menggunakan narkoba, atau bahkan sampai mencoba bunuh diri.

Sebuah penelitian terhadap individu-individu pelaku percobaan bunuh diri di Amerika Serikat, yang jumlahnya mencapai setengah juta orang pertahun, mengungkapkan bahwa faktor kesepian merupakan faktor pemicu bagi sebagian besar individu yang mengambil langkah ekstrim tersebut.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh *Young Men's Christian Association of HongKong* ([www.glorianet.org](http://www.glorianet.org), 2003), mengungkapkan bahwa lebih dari 8% dari 534 pelajar sekolah menengah, sengaja melukai diri sendiri atau berusaha bunuh diri karena tidak mampu mengatasi berbagai masalah hidup yang menyebabkan remaja mengalami perasaan kesepian.

Banyak hal yang menyebabkan seseorang mengalami kesepian salah satu penyebabnya adalah kondisi dimana harus tinggal jauh dari keluarga (Hidayah, 2015) dalam bukunya, mengatakan bahwa kondisi dimana seseorang yang harus bekerja jauh dari rumah dan terpisah dari keluarga dan teman-temannya bisa menjadi penyebab kesepian yang mereka alami, penyebab tersebut selaras dengan apa yang dikatakan oleh (Hidayah, 2015). bahwa perpindahan lokasi baru dapat menimbulkan kesepian.

Berdasarkan hasil wawancara singkat pada tanggal 28 Mei 2017 jam 15:10 peneliti dengan beberapa individu yang ditinggal di Batalyon Lahat. Peneliti mewawancarai tentang penyebab kesepian pada istri TNI yang ditinggal tugas di Batalyon Lahat, hampir rata-rata menjawab karena tidak adanya teman berkomunikasi atau berintraksi baik dengan keluarga maupun lingkungan sekitar Batalyon yang menyebabkan perasaan kesepian itu muncul. Kurangnya rasa kepercayaan dan kebersamaan dalam keluarga, seperti yang dituturkan DT (inisial) *“ya gimana lagi suami tugas sedangkan saya tinggal disini dengan anak-anak saya tinggal terpisah dengan suami maupun keluarga yang lain ”* padahal yang istri harapkan setelah menikah hidup bahagia bersama suami. Ada juga yang sudah menikah selama 5 tahun subjek Y (inisial) merasakan kesepian dengan alasan yang sama, Y (inisial): *“Gak ada lagi, kebersamaan, kepercayaan udah gak saling menghargai dan gak ada rasa percaya, namanya juga kita manusia selain kebutuhan manusiawi layaknya wanita normal juga membutuhkan hubungan selayak suami istri dalam kehidupan berkeluarga, tetapi jika suami sedang tugas bagaimana kebutuhan itu terpenuhi sehingga menimbulkan rasa sepi”*. Berdasarkan wawancara singkat di atas didapatkan beberapa hal tentang penyebab kesepian diantaranya ialah tinggal jauh terpisah dengan suami maupun keluarga lain,

tidak ada teman berkomunikasi ataupun berintrasi, tidak terpenuhi kebutuhan suami istri, kurangnya kepercayaan dan tidak ada tanggung jawab.

Fenomena yang terlihat dilapangan memperjelas bahwa istri Tentara Nasional Indonesia (TNI) yang ditinggal tugas mengalami cenderung mengalami kesepian karena merasa kurang diperhatikan oleh suami, keluarga. Perasaan kesepian semakin bertambah ketika semua pekerjaan rumah serta tanggung jawab rumah tangga di tanggung sendiri oleh sang istri yang ditinggal tugas di Batalyon, serta kurangnya komunikasi sosial dengan lingkungan sekitar. Kondisi ini mestinya dapat ditanggulangi dengan mempersiapkan diri sebagai isteri seorang tentara yang memiliki konsekuensi ditinggal tugas dan idealnya mereka mesti mampu mengantisipasi persoalan tersebut.. Berdasarkan uraian latar belakang yang telah disampaikan diatas dan beberapa penelitian telah membuktikan efek dari perasaan kesepian ini, antara lainnya terjadinya depresi dan gangguan mental lainnya (Hidayah, 2015)&(Lailatul & Shanti, 2011).

Peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul: Kesepian pada istri Tentara Nasional Indonesia.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian kualitatif ini menggunakan pendekatan deskriptif. Sedangkan model penelitian deskriptif adalah suatu model penelitian yang bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai apa yang diteliti (Herdiansyah, 2010). Penelitian ini menggambarkan suatu situasi atau kejadian. Data yang dikumpulkan semata-mata bersifat deskriptif sehingga tidak bermaksud mencari penjelasan, menguji hipotesis, membuat prediksi, maupun mempelajari implikasi (Azwar, 2016). Artinya data yang dikumpulkan bukan berupa angka, melainkan data tersebut berasal dari masalah wawancara,

observasi serta dokumentasi. Sumber data pada penelitian ini adalah sumber data primer dan sekunder. Data primer yaitu istri Tentara Nasional Indonesia dengan kriteria tinggal di asrama, sebagai ibu rumah tangga, Usia minimal 30 tahun dan bersedia menjadi subjek. Sementara yang menjadi data sekunder adalah tetangga subjek dengan kriteri telah tinggal di asrama minimal 2 tahun dan ibu rumah tangga. Kriteria tersebut merujuk pada teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposivesampling*. Adapun alasan peneliti menggunakan teknik *purposive* sampling karena pada teknik ini peneliti memperoleh informasi dari subjek yang dipandang lebih tahu dengan apa yang ingin digali oleh peneliti. Seperti yang dikemukakan oleh Sugiono bahwa teknik *purposive sampling* yang artinya pengambilan subjek sumber data dengan menggunakan pertimbangan tertentu, misalnya orang tersebut yang dianggap paling tahu tentang apa yang diharapkan (Sugiono, 2012).

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Merujuk beberapa penelitian sebelumnya, antara lain (Hidayah, 2015), maka metode analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis Miles & Huberman yang terdiri dari tahapan pengumpulan data, reduksi data, serta *display & verification*. Keabsahan data pada penelitian ini adalah metode triangulasi sumber.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap deskripsi kesepian dan faktor yang menjadi penyebab kesepian terhadap isteri tentara yang ditinggal tugas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari ketiga subjek mengalami kesepian secara sosial dan emosional. Deskripsi kesepian sosial berupa suami, lingkungan keluarga dan lingkungan

sekitar asrama dan deskripsi kesepian emosional yang dirasakan berupa perasaan putus asa, depresi dan kebosanan. Perasaan tersebut muncul karena tidak dimilikinya hubungan yang mendalam dengan orang lain. Sedangkan faktor-faktor penyebab kesepian ada 2 yaitu Faktor internal yaitu suami dan keluarga sedangkan faktor eksternal lingkungan dan teman-teman. Dilihat dari tujuh tema, yaitu pandangan terhadap pernikahan, menghadapi masalah, perasaan saat ditinggal tugas, komitmen pernikahan, harapan, hubungan dengan lingkungan, kepercayaan terhadap suami, selaras dengan pendapat Defrain dan Stitnett (2003) mengidentifikasi enam karakteristik bagi keluarga yang kukuh, sebagai berikut: memiliki komitmen, terdapat kesediaan untuk mengungkapkan apresiasi, terdapat waktu untuk berkumpul bersama, mengembangkan spiritulitas, menyelesaikan konflik serta menghadapi tekanan dan krisis dan memiliki ritme (Lestari, 2012). Ketiga subjek sama-sama mempunyai alasan bahwa tinggal di asrama dikarenakan perjanjian awal sebelum mereka menikah, pernikahan didasari dengan cinta, kepercayaan, memberikan pengertian antara suami dan istri serta ikhlas dalam menjalani pernikahan karena apabila pernikahan didasari dengan cinta bukan keterpaksaan supaya terciptanya keluarga yang harmonis, sebagaimana Brehm mengemukakan bahwa pernikahan merupakan ekspresi puncak dari sebuah hubungan intim dan janji untuk bersama seumur hidup (Wisnuwardhani, Dian, 2012).

## PEMBAHASAN

Penelitian ini membahas tentang kesepian pada istri yaitu berinisial DI, MC dan BT adalah seorang istri yang di tinggal tugas yang mempunyai rentang usia 30-40 tahun, aktivitas subjek sehari-hari sebagai ibu rumah tangga, mengerjakan pekerjaan rumah seperti memasak di dapur, mencuci piring

serta pakaian, mengantar anak-anak sekolah dan pekerjaan rumah tangga lainnya.

Penelitian menunjukkan bahwa subjek yaitu istri-istri yang di tinggal tugas dibatalyon dan beberapa subjek mempunyai pengalaman yang berbeda dalam gambaran kesepian yang dirasakan pada saat di tinggal suami tugas rasa kesepian yang dialami subjek ada yang sama dan berbeda, serta pada waktu kapan subjek benar-benar merasakan kesepian saat ditinggal tugas suami. Tahapan ini ditunjukkan oleh tema-tema yang muncul pada dalam setiap periode.

Sebagai mana penjelasan di awal tema bahwa subjek menempuh pendidikan sebatas SMA, usia subjek saat menikah tidak memiliki jarak yang jauh antara suami dan istri. Perbedaan tingkat pendidikan, usia dan pekerjaan yang tidak terlalu jauh berbeda antara subjek dan suami memudahkan mereka dalam berkomunikasi dan menyamakan pemikiran sehingga lebih mudah untuk mengerti dan memahami.

Hal tersebut sesuai dengan penjelasan dalam buku pedoman hidup berumah tangga dalam Islam bahwa *kafa'ah* dalam bahasa arab artinya sebanding, setaraf dan sesuai. Kesetaraan yang perlu dimiliki oleh calon suami dan istri, agar terjalin keserasian suami istri dalam menjalani kehidupan rumah tangga dan dalam menghadapi masalah-masalahnya, serta memudahkan komunikasi antar suami dan istri dalam kehidupan (Hasan, 2006). Walaupun menurut Imam Maliki, *Kafa'ah* dalam masalah harta, keturunan, pendidikan dan pekerjaan, adalah merupakan pertimbangan saja (Hasan, 2006).

Secara umum ketiga istri memiliki alasan yang sama memutuskan tinggal di asrama terpisah dari keluarga yaitu perjanjian sebelum mereka menikah masing-masing memilih untuk menetap di asrama karena perjanjian yang sudah ditanda tangani oleh subjek dari awal hendak menikah bahwa istri siap di tinggal dan meninggalkan keluarga

menunggu suami hingga pulang kerumah, sebagaimana teorinya dalam Stenberg, 1998) mengemukakan bahwa cinta memiliki tiga dimensi, yaitu hasrat (*Passion*) ini menekankan pada intensnya perasaan serta perasaan (keterbangkitan) yang muncul dari daya tarik fisik dan daya tarik seksual, keintiman (*intimacy*), dimensi ini tertuju pada kedekatan perasaan antara dua orang dan kekuatan yang mengikat mereka untuk bersama. Sebuah hubungan akan mencapai keintiman emosional jika kedua pihak saling mengerti, terbuka, dan saling mendukung, serta bisa berbicara apa pun tanpa merasa takut ditolak, dan komitmen/keputusan (*commitment/decision*) seseorang berkeputusan untuk tetap bersama dengan seorang pasangan dalam hidupnya. Komitmen dapat bermakna mencurahkan perhatian, melakukan sesuatu untuk menjaga suatu hubungan tetap langgeng, melindungi hubungan tersebut dari bahaya, serta memperbaiki bila hubungan dalam keadaan kritis (Meinarno, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ketiga subjek merasa nyaman berada di lingkungan asrama, bisa melakukan aktivitas apa saja di dalam rumah maupun di luar asrama seperti melakukan pekerjaan rumah, makan, kumpul bersama anak-anak, mengantar jemput anak-anak sekolah, pergi jalan-jalan dan berkumpul bersama-teman-teman asrama, namun ada beberapa hal yang membuat subjek merasa sedih ketika tidak merasakan kepuasan dalam hubungan sosial yang membuat istri-istri tersebut mengurangi kontak sosial dengan lingkungan sekitar rumah. Sebagaimana cara lain untuk menganalisis kesepian adalah dengan cara mendefinisikan tiga penggolongan berikut yaitu, kesepian *kognitif*, kesepian *behavioral*, kesepian emosional. Yaitu kesepian *kognitif* terjadi bila anda hanya mempunyai sedikit teman untuk berbagi pikiran atau gagasan yang anda anggap penting. *Kesepian*

*behavioral* terjadi apabila anda kurang (atau tidak) mempunyai teman sewaktu berjalan-jalan dan melakukan kegiatan luar rumah. Kesepian emosional terjadi bila anda membutuhkan kasih sayang tapi tidak mendapatkannya (Bruno, 2000).

Sebagaimana manusia adalah makhluk sosial hal tersebut mengandung arti bahwa sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat hidup sendiri dan selalu menjalin hubungan dengan orang lain. Hal ini dapat dijelaskan dalam sebuah studi yang dilakukan Larson. Csikszantmihalyi dan Graef (1980) yang menemukan bahwa 70 persendari 179 remaja dan orang dewasa melakukan aktivitas bersama orang lain setidaknya dua kali dalam sehari. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan dengan orang lain merupakan aspek yang signifikan dan sangat penting bagi kehidupan kita. Ketika seseorang ditanya apa yang membuat hidup mereka berarti, apa yang berkontribusi pada kebahagiaan mereka, dan apa yang mereka junjung tinggi, maka pada umumnya mereka menjawab tentang sebuah hubungan dekat. Hubungan dekat merupakan kunci dari kesejahteraan kita, termasuk kebahagiaan, kesehatan mental, kesehatan fisik, dan bahkan umur yang panjang (Wisnuwardhani, Dian, 2012). Di dalam Al-Qur'an juga dinyatakan dalam surah an-Nahl (16): 72, artinya: "*Dan Allah menjadikan bagimu pasangan (suami atau istri) dari jenis kamu sendiri dan menjadikan anak dan cucu bagimu dari pasanganmu, serta memberimu rezeki dari yang baik. Mengapa mereka beriman kepada yang batil dan mengingkari nikmat Allah?*".

Ayat di atas menceritakan berbagai macam nikmat-Nya yang telah Dia karuniakan kepada hamba-hamba-Nya, di mana Dia menjadikan bagi mereka isteri-isteri dari jenis dan sosok mereka sendiri. Seandainya Dia memberikan isteri dari jenis lain, niscaya tidak akan terwujud keharmonisan, cinta dan kasih sayang. Tetapi

berkat rahmat kasih sayang-Nya, Dia menciptakan manusia terdiri atas laki-laki dan perempuan yang berpasang-pasangan. Kemudian Allah Ta'ala menciptakan anak dan cucu dari perkawinan mereka

Manusia adalah makhluk yang berfikir dan merasa, tetapi terkadang tergantung fikiran dan perasaannya sehingga salah berpikir dan salah merasa. Ketika seseorang mengidap hal demikian, yakni salah berfikir dan salah merasa, maka ia bisa sedih, bosan, malas dan kesepian. Gangguan seperti ini menurut ilmu psikologi disebut gangguan kejiwaan ringan (neurosis atau mental disorder)(Achmad Mubarak, 2016:166).

Selanjutnya dalam menghadapi masalah DI, MC dan BT lebih memilih untuk bersikap baik dalam memutuskan atau menyelesaikan masalah dengan santai, sikap yang baik dan pemikiran dingin. Dalam perasaan DI, MC dan BT menggambarkan perasaan sepi, sedih, marah jenuh, tertekan, khawatir ketika di tinggal suami tugas. Kemudian ketiga subjek DI, MC dan BT menjaga komitmen yang sudah mereka tanda tangani sebelum menikah yaitu siap ditinggalkan atau meninggalkan dan bersedia menunggu suami hingga pulang ke asrama serta menjaga perjanjian yang menjadi ikatan dalam pernikahan mereka dan tidak akan menyesali pernikahan maupun berpaling ketika suami sedang bertugas. Kepuasan dan komitmen tak selalu berhubungan erat, beberapa pasangan yang tak bahagia mampu meningkatkan kualitas hubungannya dan pasangan yang lainnya mungkin menghentikan hubungannya, dan bahkan ada yang mampu mempertahankan hubungan seumur hidup meski hubungan itu kurang memuaskan (Previti & Amato, 2003). Survei nasional AS menemukan sekitar 7 persen orang yang menikah relatif tak bahagia tetapi tetap ingin menjaga hubungan mereka (Heaton & Albrecht, 1991) dalam(D. O. L. L. friedma. L. A. P. Sears, 2010). Berdasarkan

hasil penelitian ini terlihat bahwa DI, MC dan BT mempunyai harapan dapat berhubungan baik dengan suami dan lingkungan terdekat sekitar asrama memiliki rasa kekeluargaan, rukun, kekompakan dalam lingkungan agar dapat bersosialisasi dengan baik, serta mengharapkan dapat bertemu dengan teman-teman dan keluarga untuk dapat berbagi cerita kehidupan sehari-hari, dan mengharapkan selalu kehadiran suami selalu berada dalam kehidupannya, seseorang membina hubungan dengan orang lain bukanlah tanpa alasan. Orang membina hubungan interpersonal di antaranya untuk mengurangi perasaan kesepian (*loneliness*)(Wisnuwardhani, Dian, 2012). Dalam lingkungan DI,MC dan BT memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan sekitar asrama dalam bersosialisasi pada lingkungan yang baru. Sebagaimana dikatakan Maslow bahwa kebutuhan mendasar harus dipenuhi lebih dahulu sebelum kebutuhan yang lebih tinggi dapat memotivasi kita. Maslow mengemukakan ada lima macam kebutuhan manusia seperti kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan untuk memiliki, kebutuhan untuk mendapatkan harga diri, kebutuhan aktualisasi diri (Julia T. Wood, 2013).

Selanjutnya dalam keyakinan DI, MC dan BT mempercayai suami pada saat tugas diluar menurut ketiga DI, MC dan BT dengan modal saling mempercayai antara suami dan istri dapat mengurangi kekhawatiran istri pada saat suami bertugas apabila pasangan suami dan istri memegang komitmen kepercayaan pada pasangannya. Sebagaimana teori cinta menurut Robert Stenberg dalam bukunya tentang *the triangular theory of love* atau yang dimaknai dengan segitiga cinta Stenberg cinta memiliki tiga dimensi, yakni *intimacy*, *passion*, dan *Decision* dan (atau) *commitment*. *Intimacy* dimensi tertuju pada kedekatan perasaan antara dua orang dan kekuatan yang mengikat mereka untuk bersama, *passion*

dimensi menekankan pada intensnya perasaan dan keterbangkitan yang muncul dari daya tarik fisik dan daya tarik seksual, *decision* dan (atau) *comitmmment* pada dimensi ini seseorang berkeputusan untuk tetap bersama dengan seorang pasangan dalam hidupnya (Wisnuwardhani, Dian, 2012).

Tahapan dari gambaran kesepian terungkap dalam tujuh tema, yaitu: kemampuan bersosialisasi, *problem solving*, kondisi emosional, komitmen dalam pernikahan, ekspektasi terhadap pernikahan, beradaptasi dengan lingkungan, kepercayaan istri terhadap suami. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa keluarga yang baik sehat jasmani dan rohani merupakan dambaan dari setiap orang yang membangun sebuah keluarga dari ketiga subjek DI, MC dan BT menurut pandangan pernikahan mereka dapat disimpulkan bahwa pernikahan menurut DI, MC, BT yang didasari dengan percaya, memberikan pengertian, ikhlas serta perhatian antara suami istri untuk menjaga hubungan pernikahan agar tetap harmonis dan cinta bukan karena keterpaksaan kedua pasangan yang akan melaksanakan pernikahan dan menjalankan tugas sebagai seorang istri yang baik.

Dalam penelitian yang dilakukan Bradburn 1969, rata-rata satu di antara empat orang Amerika mengatakan bahwa dia merasa sangat kesepian atau jauh dari orang lain selama dua minggu sebelumnya. Kesepian dapat berkisar antara denyut kegelisahan yang cepat sampai perasaan sangsara yang hebat dan menetap. Lamanya kesepian kadang-kadang kesepian ditimbulkan oleh perubahan hidup yang menjauhkan kita dari teman dan hubungan yang akrab (D. O. D. Sears, 1985).

Sebagian besar subjek menceritakan tentang bagaimana pengalaman yang mereka rasakan setelah menikah, serta bagaimana gambaran kesepian dan faktor bertahan dalam pernikahannya. Semua subjek dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa subjek

merasa kesepian dengan kehidupan rumah tangga yang mereka jalani. Berdasarkan ke 7 (tujuh) hal yang terkait dengan kesepian tersebut dapat dikatakan bahwa semua subjek mempunyai sikap tersendiri bagaimana menanggapi dan menjalani hidup kesendiriannya.

Peneliti juga mendapatkan faktor-faktor yang dapat membuat pernikahan mereka bertahan meskipun dipisahkan jarak yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu yang mempengaruhi seperti yang diharapkan di awal pernikahan, yaitu berlaku baik terhadap pasangan, saling percaya satu sama lain, menjaga komunikasi yang baik antara suami dan istri, mengalah terhadap pasangan ketika ada masalah, bermusyawarah dalam mengambil keputusan, sabar, Ikhlas, memperhatikan pendidikan anak, dan saling bercanda. Faktor eksternal yaitu hubungan dengan keluarga, dengan teman-teman dan lingkungan asrama.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan sebagaimana yang telah dipaparkan diatas tentang penyebab kesepian pada Istri Tentara Nasional Indonesia yang ditinggal tugas di Batalyon Kab. Lahat sebagian besar ketiga subjek mempunyai cara yang berbeda-beda menjalani dan menanggapi kesendiriannya seperti subjek DI menghadapi dan menjalaninya lebih senang sendiri dapat menjalani aktivitas rumah tangga dan ikhlas banyak berdo'a. Bahkan MC menghadapi dan menjalaninya dengan kesenangan serta keriangannya, karena MC menganggap hidup seorang diri tidak membatasinya untuk bersosialisasi dan berkomunikasi dengan lingkungan dan teman sekitar asrama. Bahkan menurut BT menghadapi dan menjalaninya dengan santai karena menurut MC terpisah dengan suami tidak membatasi sosialisasinya terhadap lingkungan masih bisa berkomunikasi dengan anak-anaknya dalam menghilangkan sedikit rasa sepi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan temuan hasil penelitian dan pembahasan mengenai bagaimana kesepian pada ketiga subjek istri Tentara Nasional Indonesia maka, didapatkan gambaran yang berbeda pada setiap subjek. Berdasarkan temuan hasil penelitian dan pembahasan mengenai kesepian pada istri Tentara Nasional Indonesia yang ditinggal tugas dibatalyon Kab.Lahat dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek mengalami kesepian secara sosial dan emosional. Kesepian sosial berupa suami, lingkungan keluarga dan lingkungan sekitar asrama. Dalam hubungan dengan suami merasa sedih ketika suami ditugaskan sehingga tidak bisa menemani dalam kehidupan sehari-hari serta memenuhi kebutuhan biologis sebagai seorang suami istri. Dalam lingkungan keluarga ketiga subjek merasakan jauh dari keluarga karena adanya perubahan yang terjadi ketika terjadinya pernikahan antara subjek dan suami terbentuknya keluarga baru, dan mempunyai sedikit teman di lingkungan asrama. Kesepian emosional yang dirasakan berupa perasaan putus asa, depresi dan kebosanan. Perasaan tersebut muncul karena tidak dimilikinya hubungan yang mendalam dengan orang lain.

Peneliti juga mendapatkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesepian yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu suami dan keluarga sedangkan faktor eksternal lingkungan dan teman-teman. Peneliti juga mendapatkan faktor-faktor yang dapat membuat pernikahan mereka bertahan meskipun dipisahkan jarak yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu yang mempengaruhi seperti yang diharapkan di awal pernikahan, yaitu berlaku baik terhadap pasangan, saling percaya satu sama lain, menjaga komunikasi yang baik antara suami dan istri, mengalah terhadap pasangan ketika ada masalah, dan bermusyawarah dalam mengambil keputusan, sabar, Ikhlas, memperhatikan pendidikan

anak, dan saling bercanda. Faktor eksternal yaitu hubungan dengan keluarga, dengan teman-teman dan lingkungan asrama.

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk lebih memperluas ruang lingkup penelitian, memperbanyak jumlah subjek dan jika perlu menggunakan penelitian dengan metode *mixmethod*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bruno, F. J. (2000). *Conquer Loneliness Menaklukkan Kesepian*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka.
- Burns, D, M. . (1998). *Terapi Kognitif Pendekatan Baru Bagi Penanganan Depresi*. Jakarta: Erlangga.
- Fauziah. (2011). *Keluarga Harmoni dalam Perspektif Berbagai Komunitas Agama*. Jakarta: Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama RI.
- Hasan, A. (2006). *Pedoman Hidup Berumah Tangga*. Jakarta: Siraja.
- Herdiansyah, H. (2010). *Metodologi Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Hidayah, D. savitri K. (2015). Self Compassion Dan Loneliness. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 63(1).
- Julia T. Wood. (2013). *Komunikasi Interpersonal Interaksi Keseharian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kartono, D. K. (1992). *Psikologi Wanita*. Bandung : Mandar Maju.
- Lailatul & Shanti, K. (2011). Kesepian Pada Narapidana Di Lembaga Perasyarakatan Kedungpane Semarang Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga Dan Status Perkawinan. *Jurnal Psikologi*, IV(2).
- Larson, R., Csikszentmihalyi, M., & Graef, R. (1980). Mood variability and the psychosocial adjustment of adolescents.

*Journal of Youth and Adolescence*, 9(6),  
469–490.

<https://doi.org/10.1007/BF02089885>

- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga penanaman nilai dan penanganan konflik dalam keluarga*. Jakarta: Kencana Prenada Media.
- Meinarno, A. E. dan S. W. S. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Selemba Humanika.
- Perlman & Peplau. (1982). *Loneliness, A Sourcebook Of Current Theory Reaserch, And Therapy*. New York: A Wiley-interscience Publication.
- Rasjid, L. (1991). *Hukum Perkawinan dan Perceraian Malaysia dan Indonesia*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sears, D. O. D. (1985). *Psikologi Sosial Edisi Kelima Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Sears, D. O. L. L. friedma. L. A. P. (2010). *Psikologi Sosial, Jilid 1*. Jakarta: Erlangga .
- Sugiono. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitaif R&D*. Bandung : Alfabetha.
- sunarti. (2013). *Asuhan Kehamilan*. jakarta: In Media.
- Wisnuwardhani, Dian, M. F. sri. (2012). *Hubungan Interpersonal*. Jakarta: Salemba Humanika.