

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Fenomena pernikahan jarak jauh atau long distance marriage (LDM) menjadi isu sosial yang semakin sering ditemukan dalam masyarakat. Perkembangan globalisasi dan mobilitas kerja yang tinggi, khususnya dalam konteks migrasi tenaga kerja, memaksa banyak pasangan suami istri untuk menjalani pernikahan dari lokasi yang berbeda dalam jangka waktu yang sangat lama. Kondisi ini secara tidak langsung dapat merubah pola interaksi, dinamika komunikasi, serta cara bagaimana pasangan membangun dan mempertahankan hubungan pernikahan. Berdasarkan data yang dipublikasi oleh Badan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI) pada tahun 2023, sudah tercatat lebih dari 200.000 PMI diberangkatkan ke berbagai negara tujuan penempatan kerja (BP2MI, 2023). Sementara menurut data dari open data Jabar, Jawa Barat menjadi salah satu daerah dengan jumlah PMI terbanyak di Indonesia. Jumlah PMI atau pekerja Migran Indonesia asal Jawa Barat pada tahun 2023 sebanyak 52.961 orang, dan kabupaten Karawang menjadi salah satu yang tertinggi dengan jumlah PMI sebanyak 19.178 orang (Fitri & Ema, 2025).

Berdasarkan Survei Penetrasi Internet Indonesia 2024 yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 221,5 juta jiwa atau setara 79,5% dari total populasi. Dari jumlah tersebut, Generasi Z (kelahiran 1997–2012) menjadi kelompok yang paling banyak berkontribusi terhadap angka pengguna internet, yakni 34,4 persen dari total

pengguna. Dengan kata lain, lebih dari sepertiga pengguna internet Indonesia adalah Generasi Z (Riyanto & Pertiwi, 2024). Intensitas penggunaan media sosial yang sangat tinggi ini menjadikan Gen Z sebagai subjek yang tepat untuk dikaji dalam konteks *self-disclosure*, karena medium digital bukan sekadar alat komunikasi bagi mereka, melainkan sudah menjadi bagian integral dari cara mereka membangun, mempertahankan, dan mengekspresikan diri dalam hubungan interpersonal termasuk pernikahan.

Keadaan ini semakin diperkuat oleh fenomena digital fatigue atau kelelahan digital. Berdasarkan riset sosiologis, situasi tersebut membuat pasangan cenderung melakukan *Self-disclosure* yang bersifat fungsional, seperti hanya menyampaikan aktivitas harian, dibandingkan berbagi perasaan atau emosi secara lebih mendalam (Arganata & Hamka, 2025). Kondisi ini menghadirkan tantangan tersendiri bagi pasangan LDM justru bergantung sepenuhnya pada komunikasi digital untuk mempertahankan hubungan, namun di saat yang sama mengalami kelelahan dari medium yang sama.

Khususnya dalam konteks LDM, Gen Z menjadikan platform digital sebagai satu-satunya medium komunikasi dengan pasangan. Berbeda dengan generasi sebelumnya yang mungkin lebih nyaman dengan percakapan telepon panjang atau surat, Gen Z lebih sering berkomunikasi melalui kombinasi chat, video call, reaksi emoji, dan berbagi konten. Perbedaan medium komunikasi ini memunculkan pola *self-disclosure* yang unik dan belum banyak dikaji secara akademis dalam konteks pernikahan. Survey Jakpat (2024) yang melibatkan 1.155 responden berusia 15–27 tahun menemukan bahwa 63 persen Gen Z menghabiskan waktu luang mereka

dengan *scrolling* media sosial, dan rata-rata mengalokasikan 3 jam 11 menit setiap hari untuk menggunakan media sosial (Sugiarti, 2025).

Self-disclosure merupakan kemampuan individu untuk mengungkapkan informasi pribadi mengenai dirinya kepada orang lain, termasuk perasaan, emosi, dan kekhawatiran, yang dapat membantu mempererat hubungan antara pasangan suami istri (DeVito, 2019). Hal tersebut dapat mempererat pernikahan, meningkatkan saling pengertian, serta membantu membangun kepercayaan di anatar pasangan.

Self-disclosure adalah cara seseorang menunjukkan reaksi atau tanggapannya terhadap keadaan yang sedang mereka hadapi. Hal ini juga memberikan gambaran mengenai pengalaman masa lalu yang relevan dan bermanfaat untuk memahami perilaku kita saat ini dengan mempertimbangkan berbagai peristiwa yang telah dialami sebelumnya (Kumalasari & Desiningrum, 2016). *Self-disclosure* berperan dalam meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal sehingga tercipta hubungan yang lebih erat. Keterbukaan tersebut juga berkontribusi terhadap penyelesaian masalah secara lebih efektif.

Masa- masa awal pernikahan seringkali menjadi fase krusial di mana pasangan harus berjuang ekstra untuk mencapai kebahagiaan sekaligus stabilitas finansial dan emosional. Fase "ujian lima tahun pertama" sering kali menjadi sebagai periode yang berat karena keduanya cenderung masih dalam tahap penyesuaian, di mana pasangan cenderung terjebak dalam upaya menjaga kedamaian sesaat dengan memendam masalah, ketimbang mendiskusikan secara terbuka Orami, 2019 dalam (Aulia & Setiadarma, 2023).

Masa lima tahun pertama pernikahan sangat penting karena berperan dalam menentukan arah dan kualitas di masa depan. Pada fase ini, penyesuaian diri dan harapan yang dimiliki sebelum menikah akan diuji, sekaligus menjadi waktu bagi pasangan untuk mempelajari cara menghadapi konflik. Meskipun bentuk konflik yang muncul pada masa awal pernikahan berbeda-beda pada setiap pasangan, terdapat beberapa sumber konflik yang umum dijumpai, seperti perbedaan pendapat dan perbedaan kebiasaan Dewi & Basti, 2011; Markman, Rhoades, Stanley, Ragan, & Whitton, 2010, dalam (Kendhawati & Purba, 2019).

Menurut Locke dalam (Silemi Retiara, 2017), pernikahan menuntut proses penyesuaian yang berlangsung secara berkelanjutan. Hal ini terjadi karena adanya perbedaan antar pasangan yang dapat menimbulkan berbagai hambatan dalam menjalani kehidupan rumah tangga, bahkan berpotensi memicu konflik dalam pernikahan. Selain itu, *Self-disclosure* dalam mengungkapkan keinginan. Perasaan, dan harapan kepada pasangan dapat membantu meminimalkan permasalahan yang muncul dalam hubungan pernikahan, khususnya pada fase penyesuaian pernikahan (Silemi Retiara, 2017).

Selama periode Januari hingga September 2025, Pengadilan Agama Bojonegoro menerima dan proses sebanyak 2.150 perkara perceraian. Dari jumlah tersebut, sebagian besar perkara perceraian yang tercatat merupakan cerai gugat yang diajukan oleh pihak istri, 1.620 kasus atau 75,3%. Sementara itu, perkara cerai talak yang diajukan oleh pihak istri, yaitu sebanyak 1.620 kasus atau 75,3%. Sementara itu, perkara cerai talak yang diajukan oleh pihak suami berjumlah sebanyak 530 kasus atau 24,7%. Tingginya angka Cerai Gugat tersebut

menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih banyak mengambil Langkah hukum untuk mengakhiri pernikahan yang dinilai sudah tidak dapat dipertahankan.

Berdasarkan kelompok umur pasangan, usia 21-30 tahun merupakan kelompok terbanyak dengan 789 perkara (37,1). Hal ini menunjukkan bahwa masa dewasa muda sering kali menjadi periode yang penuh tantangan, terutama karena tekanan ekonomi, pekerjaan, dan proses penyesuaian dalam rumah tangga.

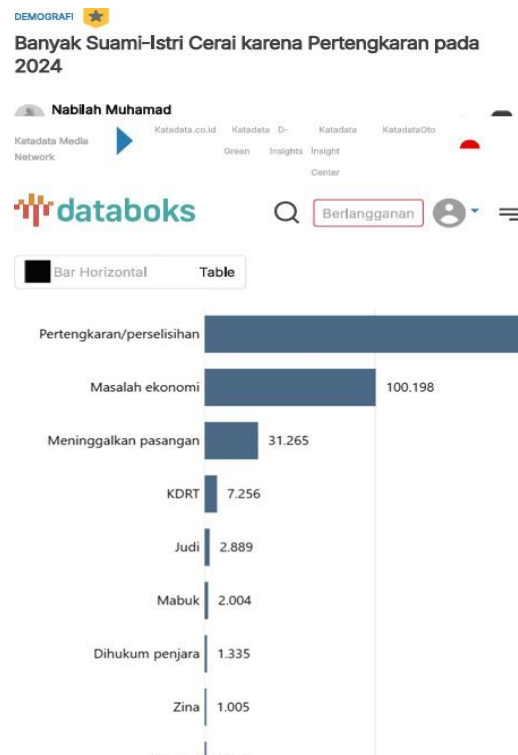
Secara umum, data ini menunjukkan bahwa permasalahan rumah tangga memiliki karakter yang cukup kompleks. Hal ini terlihat dari tingginya jumlah perkara cerai gugat yang diajukan oleh pihak perempuan, rentang usia perkawinan yang beragam mulai dari pasangan muda hingga yang telah lama menikah, tingkat Pendidikan yang mayoritas berada pada jenjang menengah ke bawah, dan faktor utama perceraian yang berkaitan dengan persoalan ekonomi dan komunikasi.

PROFIL PERCERAIAN DI PENGADILAN AGAMA BOJONEGORO			
Periode Januari – September 2025			
Aspek	Kategori	Jumlah Perkara	Persentase
Total Perkara	Semua Perkara	2.150	100%
Jenis Perkara	Cerai Gugat	1.620	75,30%
	Cerai Talak	530	24,70%
Lama Menikah	< 5 Tahun	662	30,80%
	5 – 10 Tahun	556	25,90%
	10 – 15 Tahun	381	17,70%
	> 15 Tahun	551	25,60%
Usia Para Pihak	< 20 Tahun	46	2,10%
	21 – 30 Tahun	798	37,10%
	31 – 40 Tahun	694	32,30%
	> 41 Tahun	612	28,50%
Pendidikan	SLTA	845	39,30%
	SLTP	628	29,20%
	SD	463	21,50%
	Strata I (S1)	141	6,60%
	Diploma I–IV	38	1,80%
	Strata II (S2)	11	0,50%
Alasan Perceraian	Belum/Tidak Sekolah	24	1,10%
	Ekonomi	1.076	53,10%
	Perselisihan Terus-menerus	628	31,00%
	Judi	112	5,50%
	Ditinggalkan Pasangan	82	4,00%
	KDRT	65	3,20%
	Lainnya*	64	3,20%

Gambar 1. 1 Data Kasus Perceraian Pasangan Dengan Usia Pernikahan Kurang Dari Lima Tahun

Berdasarkan rentang usia pernikahan, data memperlihatkan pola yang cukup signifikan. Kasus perceraian paling banyak terjadi pada pasangan dengan usia pernikahan kurang dari lima tahun, yaitu sebanyak 662 perkara (30,8). Temuan ini mengindikasikan bahwa masa awal pernikahan merupakan periode yang rentan terhadap perceraian, karena pada tahap tersebut pasangan masih menjalani proses penyesuaian dalam berbagai aspek kehidupan rumah tangga.

Fenomena perceraian pada pasangan usia muda muda menunjukkan bahwa proses penyesuaian dalam kehidupan pernikahan tidak selalu berjalan dengan mudah. Berbagai konflik yang muncul dalam rumah tangga seringkali dipengaruhi oleh kurangnya komunikasi antar pasangan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) yang dipublikasikan melalui Databoks tahun 2024, perselisihan dan pertengkaran yang terjadi secara terus-menerus merupakan factor penyebab perceraian tertinggi di Indonesia, dengan jumlah mencapai 251.125 kasus. Data tersebut menunjukkan bahwa konflik komunikasi dan ketidakmampuan pasangan dalam menyelesaikan permasalahan rumah tangga masih menjadi persoalan dominan dalam kehidupan pernikahan.



Gambar 1. 2 Data Penyebab Perceraian Akibat Pertengkaran /Perselisihan

Kondisi ini menunjukkan pentingnya kemampuan pasangan dalam membangun komunikasi yang terbuka melalui *Self-disclosure*. Dalam hubungan pernikahan, *Self-disclosure* berperan dalam membantu pasangan mengungkapkan perasaan, kebutuhan, harapan, dan permasalahan yang dihadapi sehingga dapat meminimalkan kesalahpahaman dan meningkatkan kedekatan emosional antar pasangan.

Duval & Miller 1997 dalam (Kendhawati & Purba, 2019) menjelaskan bahwa pernikahan dipahami sebagai suatu ikatan antara pria dan wanita yang diakui secara sosial, yang mencakup hubungan suami istri, pengakuan terhadap status anak yang dilahirkan, serta pembagian peran dan tanggung jawab di antara pasangan. Sejalan dengan pengertian tersebut, Pasal 1 Undang- Undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974 tentang perkawinan mendefinisikan perkawinan sebagai ikatan lahir

dan batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami istri yang bertujuan untuk membentuk keluarga yang bahagia dan kekal berdasarkan keutuhan yang Maha Esa.

Pernikahan adalah suatu ikatan yang sangat sakral antara dua individu dengan jenis kelamin berbeda, yang didasari oleh kesiapan secara mental, fisik, dan finansial. Salah satu tujuan utama dari perkawinan ialah menciptakan hubungan yang harmonis. Untuk mencapai keharmonisan tersebut, kedua individu perlu memiliki kematangan dalam aspek fisik, pola pikir, dan kondisi mental. Dengan demikian usia dapat dipahami sebagai faktor yang sangat penting dalam menentukan kesiapan seseorang untuk menikah (Hanif et al., 2024).

Menjalani kehidupan pernikahan adalah salah satu Langkah paling besar yang akan mengubah arah hidup seseorang. Begitu keputusan ini diambil, setiap individu dianggap sudah cukup dewasa untuk memikul tanggung jawab yang jauh lebih serius. Demi menjaga keberlangsungan hubungan pernikahan, kualitas komunikasi yang efektif menjadi faktor penentu yang sangat krusial. Perbedaannya terletak pada interaksi dalam ikatan suami istri yang dituntut untuk berlangsung secara lebih intens dan mendalam, sekaligus mencakup ranah privat demi menjamin stabilitas dan keharmonisan rumah tangga dalam jangka Panjang (Aulia & Setiadarma, 2023).

Komunikasi merupakan sebuah kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh setiap manusia sebagai makhluk sosial. Komunikasi interpersonal adalah salah satu cara manusia berkomunikasi setiap hari. Komunikasi interpersonal adalah komunikasi tatap muka antara individu yang memungkinkan setiap pihak yang terlibat untuk

langsung memahami dan merespons reaksi lawan bicara, baik melalui Bahasa lisan maupun isyarat nonverbal dalam (Marheni 2019). Komunikasi interpersonal yang melibatkan dua individu merupakan bentuk interaksi yang digunakan pasangan suami istri kedalam lingkungan yang lebih intim dan personal.

Dalam laporan statistik pemuda Indonesia, BPS melaporkan bahwa lebih dari 60% pemuda di Indonesia belum menikah, dengan angka yang lebih tinggi di Kawasan perkotaan dibandingkan daerah pedesaan. Hal ini menunjukkan bahwa generasi muda, termasuk Gen Z, lebih memilih menunda pernikahan karena pertimbangan Pendidikan, kesiapan finansial, dan kemajuan. Sebagian Gen Z tetap memilih menikah pada usia 22-29 tahun. umunya, mereka berada pada 1-5 tahun pertama pernikahan, yang dikenal sebagai masa penyesuaian intens.

Berdasarkan hasil penelitian (Faradina et al., 2019) mengenai *Self-disclosure in Marriage*, mayoritas partisipan dalam penelitian ini, yakni 58% berada pada fase pernikahan awal dengan durasi 1-5 tahun. hasil temuan tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada fase awal pernikahan, yaitu periode transisi dari kehidupan individu menuju kehidupan sebagai pasangan suami-istri. Pada fase ini sering disebut sebagai tahap penyesuaian awal pernikahan, yang ditandai dengan proses adaptasi terhadap peran baru, pembagian tanggung jawab, dan pembentukan pola komunikasi yang lebih stabil. Menurut Jourard, 1997 dalam (Faradina et al., 2019), pengungkapan diri cenderung meningkat pada awal pernikahan karena pasangan masih berada dalam periode pengenalan dan pendalaman hubungan yang semakin mendalam. Pada fase tersebut, individu

berusaha mempererat hubungan emosional melalui keterbukaan terhadap berbagai aspek diri, seperti pikiran, perasaan, harapan, dan pengalaman pribadi.

Generasi Z merupakan kelompok generasi yang lahir pada pertengahan dekade 1990- an hingga awal dekade 2010- an, yang masa pertumbuhan dan perkembangannya berlangsung di tengah pesatnya perkembangan internet dan teknologi komunikasi (Febriani & Astuti, 2025). Secara lebih rinci, Generasi Z, yang mencakup individu yang lahir pada periode 1997 hingga 2012 kerap disebut dengan iGeneration karena mereka tumbuh dan berkembang seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi digital. Kondisi tersebut membentuk karakteristik yang khas generasi Z, terutama dalam pola komunikasi yang cenderung cepat, praktis. Selain itu, mereka juga menunjukkan perilaku sosial yang berbeda dibandingkan generasi sebelumnya, terutama dalam membangun relasi, dan mengekspresikan diri (Febrina & Taryono, 2025).

Generasi Z juga dikenal sebagai digital natives karena pola komunikasi mereka dipengaruhi oleh intensitas penggunaan media sosial sebagai perang digital (Febrina & Taryono, 2025). Penelitian ini berfokus pada Generasi Z karena Generasi Z tumbuh di tengah perkembangan teknologi digital yang menjadikan media sosial sebagai sarana utama dalam melakukan komunikasi (Basuki, 2019) dalam (Arganata & Hamka, 2025) Media sosial telah menjadi bagian yang sangat melekat dalam kehidupan sehari-hari Generasi Z.

Generasi ini memanfaatkan berbagai platform media sosial untuk berkomunikasi, bertukar informasi, serta membangun dan menampilkan identitas mereka (Arganata & Hamka, 2025). Tingkat penggunaan media sosial yang tinggi

menjadikan platform digital berperan penting sebagai media komunikasi dan interaksi bagi generasi muda, contohnya seperti platform tiktok yang banyak digunakan oleh Generasi Z untuk berinteraksi dan sekaligus mengekspresikan diri mereka.

Berdasarkan hasil penelitian (Kesumawardhani & Yudiati, 2024) Penelitian berjudul *Marital Satisfaction as Measured by Measured and Self- disclosure among Wives Living with Parents- in- law* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian pernikahan dan *self- disclosure* dengan kepuasan pernikahan ($R = 0,882$; $p < 0,01$). Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 77,8% terhadap kepuasan pernikahan. Penelitian ini melibatkan istri pada rentang usia pernikahan 1-5 tahun yang tinggal dengan mertua.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tahap awal pernikahan adalah masa yang sangat menentukan dalam pembentukan kualitas hubungan interpersonal melalui sikap terbuka dan proses adaptasi. Usia pernikahan 1-5 tahun sering disebut sebagai fase *early marital adjustment*, yaitu masa transisi dari kehidupan individu menuju kehidupan sebagai pasangan suami-istri. Fase awal pernikahan juga rentan terhadap konflik karena pasangan masih berada dalam proses adaptasi. Ketidakterbukaan dalam hubungan dapat memicu kesalahpahaman serta menimbulkan perasaan tidak dimengerti yang pada akhirnya berdampak pada kepuasan pernikahan. Sebaliknya. Komunikasi yang terbuka mengenai kebutuhan dan harapan memungkinkan penyelesaian permasalahan berlangsung secara lebih positif.

Penelitian mengenai *Self-disclosure* pada pasangan Gen Z umumnya masih berpusat pada hubungan pacarana atau fase sebelum menikah. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh (Putri & Lestari 2025), mengkaji pola *Self-disclosure* pada pasangan Gen Z yang menjalani pacarana jangka panjang, dan menemukan bahwa keterbukaan emosional memiliki peran penting dalam membangun kepercayaan dan kedekatan hubungan.

Namun, masih sedikit penelitian yang secara langsung meneliti pola *Self-disclosure* setelah memasuki tahap pernikahan, terutama pada pasangan Gen Z yang telah menikah selama 1-5 tahun. padahal, masa awal pernikahan merupakan periode penting karena pasangan perlu menyesuaikan komunikasi, pembagian peran, dan harapan dalam kehidupan Bersama.

Oleh karena itu, terdapat gap penelitian berupa masih terbatasnya kajian mengenai *Self-disclosure* pada pasangan Generasi Z di awal pernikahan. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai *Self-disclosure* Pasangan Generasi Z di Usia Pernikahan 1-5 Tahun.

Dalam dinamika kehidupan rumah tangga, tidak sedikit pasangan yang menghadapi ketidakharmonisan dalam hubungan mereka sehingga pada akhirnya memutuskan untuk mengakhiri pernikahan melalui perceraian. *Self-disclosure* memegang peran yang sangat penting dalam kehidupan pernikahan karena menjadi salah satu faktor utama yang mendukung keberhasilan proses penyesuaian antara suami dan istri, melalui *Self-disclosure* pasangan dapat saling memahami perasaan, kebutuhan, harapan, dan pandangan masing-masing, sehingga meminimalkan

kesalahpahaman dan memperkuat kualitas hubungan dalam pernikahan Dewi, Putu Yunita Trisna & Wilani, 2016 dalam (Hidayah & Hatta, 2020).

Dari paparan diatas, menunjukkan bahwa media sosial memengaruhi pola komunikasi Generasi Z, khususnya dalam keterbukaan diri dalam hubungan interpersonal. Penelitian sebelumnya banyak membahas *Self-disclosure* pada hubungan pacarana, LDR, serta komunikasi melalui media online, namun masi sedikit yang secara khusus mengkaji *Self-disclosure* pada pasangan Generasi Z setelah memasuki pernikahan, terutama pada usia pernikahan 1-5 tahun. pada fase awal pernikahan merupakan masa penting dalam proses penyesuain diri dan pembentukan pola komunikasi dalam rumah tangga.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana *Self-disclosure* yang dilakukan oleh pasangan generasi Z yang menjalani *Long Distance Marriage (LDM)* pada usia pernikahan 1-5 tahun?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mendiskripsikan *Self-disclosure* yang dilakukan oleh pasangan Generasi Z yang menjalani *Long Distance Marriage (LDM)* pada usia pernikahan 1-5 tahun.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan peneliti berharap dapat memberikan manfaat kepada pembaca, Adapun untuk manfaatnya sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu komunikasi, terutama pada kajian *Self-disclosure* pada pasangan Generasi Z yang menjalani *Long Distance Marriage (LDM)* di usia pernikahan 1-5 tahun. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi teoritis bagi penelitian selanjutnya yang membahas keterbukaan diri pada fase awal pernikahan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada pasangan Generasi Z yang menjalani *Long Distance Marriage (LDM)* pada usia pernikahan 1-5 tahun mengenai pentingnya *Self-disclosure* dalam kehidupan pernikahan. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi pedoman dalam membangun komunikasi yang lebih terbuka dan harmonis.