

## BAB 2

### LANDASAN TEORI

#### 2.1 Konflik pada perkawinan

Menurut *Willmot & Hocker* (2001), konflik adalah suatu ekspresi pertentangan dari sekurang-kurangnya dua orang yang saling bergantung yang tujuannya saling bertentangan, memiliki sedikitnya sumber penghasilan, dan campur tangan dari pihak lain dalam mencapai tujuan mereka.

Koentjaraningrat (1981) mengatakan bahwa konflik merupakan suatu proses atau keadaan di mana dua pihak atau lebih berusaha untuk saling menggagalkan tujuan masing-masing karena adanya perbedaan pendapat, nilai-nilai ataupun tuntunan dari masing-masing pihak.

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa konflik adalah suatu ekspresi pertentangan antar dua belah pihak yang saling bergantung yang memiliki tujuan berbeda dan berusaha untuk menggagalkan tujuan dari masing-masing pihak.

Konflik dalam hubungan perkawinan merupakan hal yang wajar dan tidak dapat dihindari. Menurut *Donohue & Kolt* (1992), konflik dalam perkawinan adalah situasi di mana pasangan yang saling bergantung mengekspresikan perbedaan di antara mereka dalam upaya mencapai kebutuhan kebutuhan dan minat masing-masing. Jika masing-masing individu dalam pasangan merasa ada yang menghalangi keinginan satu sama lain dalam mencapai suatu tujuan maka hal ini cenderung menimbulkan suatu konflik. Selain itu, konflik juga dapat terjadi dikarenakan adanya penyesuaian kecocokan dan keintiman pada pasangan.

*Duval dan Miller* (1985) mengatakan masa awal pernikahan merupakan masa paling berat ketika pasangan yang baru menikah harus menghadapi berbagai proses penyesuaian diri terhadap perbedaan-perbedaan yang ada. Proses ini pasti melibatkan konflik didalamnya dan melalui proses ini pasangan dapat mempelajari cara resolusi konflik yang efektif, yang dapat bermanfaat bagi mereka yang menjalani kehidupan perkawinan di masa yang akan datang.

## 2.2 Usia Pernikahan

Walgito (2000), terdapat tiga periode dalam perkawinan yaitu :

- a. Tahun awal (*early years*). Masa ini mencakup kurang lebih 10 tahun pertama perkawinan. Masa ini merupakan masa pengenalan dan masa penyesuaian diri bagi kedua belah pihak, pasangan suami istri berusaha untuk saling mengenal, menyelesaikan sekolah atau memulai karier, merencanakan kehadiran anak pertama serta mengatur peran masing-masing dalam menjalani hubungan suami istri tahun-tahun pertama biasanya sangat sulit untuk dilalui karena pasangan muda ini tidak dapat mengantisipasi ketegangan atau tekanan yang mungkin timbul. Angka perceraian tertinggi terjadi antara tahun kedua sampai tahun keempat perkawinan. Suami istri harus saling belajar satu sama lain untuk saling mengenal, sebab pada masa ini biasanya terjadi suatu krisis yang disebabkan karena masing-masing kurang memainkan peranan baru baik suami istri ataupun sebagai orangtua;
- b. Tahun pertengahan (*middle years*). Periode ini berlangsung antara tahun kesepuluh sampai dengan tahun ketigapuluh dari masa

perkawinan. Masa yang terjadi pada tahap ini adalah “*child full phase*” yang kemudian diikuti oleh “*us aging phase*”. Pada “*child full phase*” orangtua mengkonsentrasikan pada pengembangan dan pemeliharaan keluarga, selain itu suami istri harus mampu menyelesaikan konflik-konflik sosial yang timbul dalam perkawinan, sehingga tidak terjadi ketegangan dalam keluarga. Pada “*us aging phase*” pasangan suami istri menemukan dan membangun kembali hubungan antara kedua belah pihak. Pasangan suami istri kembali menyusun prioritas baru dan menikmati hubungan intim yang telah diperbaharui, tanpa ada anak-anak dalam rumah. Bagi suami istri yang tidak memiliki anak, maka fase ini dapat digunakan untuk memusatkan perhatian pada karier ataupun aktivitas-aktivitas produktif lainnya. Pasangan suami istri merupakan titik penting, yang berarti bahwa suami istri serasa berada dalam sarang kosong karena anak-anaknya telah pergi atau menikah;

- c. Tahun matang (*mature years*). Masa ini dimulai pada tahun ketiga puluh dalam perkawinan. Pasangan suami istri berada dalam peran yang baru, misalnya bertindak sebagai kakek atau nenek, menikmati hari tua bersama-sama atau hidup sendiri lagi karena salah satu pasangan telah meninggal lebih dulu. Masa ini merupakan masa pensiun atau pengunduran diri dari kegiatan-kegiatan di dalam dunia kerja.

### 2.3 Resolusi Konflik

Konflik yang tidak diselesaikan atau tidak dapat diselesaikan akan berdampak negatif untuk masing-masing individu dalam pasangan. Dampak yang dapat ditimbulkan oleh konflik dapat dirasakan langsung oleh orang yang mengalami konflik. Untuk itu diperlukan adanya penanganan atau resolusi konflik.

Hendricks (1992) menyatakan bahwa resolusi konflik adalah strategi yang dapat digunakan untuk mengatasi konflik. Menurut *Mindes* (2006) resolusi konflik merupakan kemampuan untuk menyelesaikan perbedaan dengan yang lainnya dan merupakan aspek penting dalam pembangunan sosial dan moral yang memerlukan keterampilan dan penilaian untuk bernegosiasi, kompromi serta mengembangkan rasa keadilan.

Dalam resolusi konflik, ada dua pendekatan yaitu konstruktif dan destruktif. Pada pendekatan konstruktif, fokus pada yang terjadi saat ini dibandingkan masalah yang lalu, membagi perasaan negatif dan positif, mengungkapkan informasi dengan terbuka, menerima kesalahan bersama dan mencari persamaan-persamaan. Konflik konstruktif cenderung untuk kooperatif, prososial, dan menjaga hubungan secara alami (*Olson & DeFrain, 2006*).

Sebaliknya, dalam pendekatan destruktif, pasangan mengungkit masalah-masalah yang telah lalu, hanya mengekspresikan perasaan-perasaan negatif, fokus pada orang bukan pada masalahnya, mengungkapkan selektif informasi dan menekankan pada perbedaan - tujuan untuk perubahan minim. Konflik destruktif mengarah pada kompetitif, antisosial, dan merusak hubungan. Perilaku destruktif memperlihatkan perilaku negatif, ketidaksetujuan dan kadang kekerasan. Dalam

kedua pendekatan tersebut ada beberapa gaya dalam menyelesaikan konflik atau resolusi konflik.

Gaya resolusi konflik dibentuk oleh respon atau kumpulan perilaku yang digunakan individu-individu dalam konflik (*Willmot & Hocker, 1995*). *Rubin, Pruitt, and Kim (1994)* mengusulkan resolusi konflik yang didasarkan pada tingkat kepedulian terhadap tujuan pribadi dan tujuan pasangan.

Pengkategorian gaya resolusi konflik semakin berkembang di sepanjang sejarahnya. Mulai dari yang mengategorikan hanya dua gaya resolusi konflik sampai mengategorikan lima gaya resolusi konflik. Pengkategorian gaya resolusi konflik tersebut yaitu (*Willmot & Hocker, 2001*):

1. Dua gaya resolusi konflik yaitu kooperatif dan kompetisi (*Deutsch, 1949; Tjosvold, 1990*).
2. Tiga gaya resolusi konflik yaitu non-konfrontasi, orientasi pada solusi, dan control (*Putnam & Wilson, 1982*).
3. Empat gaya resolusi yaitu mengalah, problem solving, inaction, dan menantang (*Pruitt, 1983*).
4. Lima gaya resolusi konflik yaitu penghindaran, dominasi, obligasi, integrasi dan kompromi (*Rahim & Magner, 1995*). Selain itu, pengkategorian lima gaya resolusi konflik yang lain yaitu kolaboratif, akomodasi, kompetisi, penghindaran, dan kompromi (*Thomas, 1976; Kilmann & Thomas, 1975*).

Dalam penelitian ini, gaya yang akan digunakan adalah pengkategorian lima gaya resolusi konflik yaitu penghindaran, dominasi, obligasi, integrasi dan kompromi.

Untuk mengetahui bagaimana masing-masing gaya, berikut ini akan dibahas satu persatu gaya resolusi konflik tersebut:

### **1. Gaya Penghindaran**

Gaya Penghindaran merupakan cara menghadapi konflik di mana pasangan mencoba untuk tidak menyadari adanya konflik atau tidak mengakui adanya peran masing-masing dalam konflik yang terjadi. Gaya penghindaran ditandai dengan perilaku-perilaku seperti mengingkari adanya konflik, menampik, menjadi *noncommittal* (tidak bersedia mengemukakan pendapat), dan menggunakan lelucon sebagai cara bukan untuk menghadapi konflik. Pasangan yang menghindari konflik biasanya tidak mau mendiskusikan konflik yang terjadi, biasanya mengganti topik dalam pembicaraan atau menarik diri dengan mudah dari masalah yang dibicarakan. Menghindari konflik memberikan kesan bahwa pasangan tidak peduli terhadap hubungannya. Pasangan yang menghindari konflik biasanya men-supress konflik sampai mereka meledak sendiri. Karakteristik dari gaya resolusi konflik penghindaran yaitu tidak asertif dan perilaku pasif. Orang-orang yang menggunakan cara ini tidak mengikuti apa yang diinginkan atau yang diinginkan orang lain. Mereka menghindari masalah-masalah yang sedang dihadapi (*Thomas, 1975, dalam Olson & DeFrain (2006)*).

### **2. Dominasi**

Gaya resolusi konflik dominasi merupakan cara menyelesaikan konflik tanpa memikirkan pasangannya. Menurut *Thomas (1975)*, cara ini disebut juga gaya resolusi konflik kompetitif. Individu yang menggunakan gaya ini menampilkan perilaku seperti agresi, koersi, manipulasi, intimidasi, dan senang berdebat. Aspek lain dalam gaya dominasi adalah tidak mempedulikan kebutuhan

dari pasangan. Orang-orang yang menggunakan gaya dominasi cenderung agresif dan tidak kooperatif, dan mengikuti apa yang diinginkan dengan mengorbankan orang lain. Mereka mendapatkan kekuatan dengan mengkonfrontasi dan berusaha menang tanpa menyesuaikan tujuan dan hasratnya dengan tujuan dan hasrat orang lain.

### **3. Gaya Akomodasi**

Gaya akomodasi (*Thomas, 1975*) atau *Obliging style* (*Rubin et.,al, 1994*) merupakan gaya penyelesaian dengan tidak mementingkan kebutuhan sendiri tetapi mementingkan kebutuhan pasangannya. Pasangan yang secara konsisten menggunakan gaya ini seringkali menghindari konflik. Hal itu dikarenakan untuk menghindari kemarahan pasangan dan untuk menjaga keharmonisan hubungan.

### **4. Gaya Integrasi**

Gaya pengintegrasian atau *problem solving* menggambarkan pendekatan resolusi konflik di mana masing-masing pasangan saling memperhatikan kebutuhan atau kepentingan pasangannya. Gaya ini menekankan pada kepentingan hubungan pernikahan. Gaya ini juga biasa disebut gaya kolaboratif (*collaborative style*). Kesadaran terhadap kebutuhan diri sendiri dan pasangan serta kesediaan untuk berusaha berdamai merupakan kesempatan yang paling baik dalam resolusi konflik. Menurut *Thomas (1975)*, individu yang menggunakan gaya kolaboratif memiliki asertif yang tinggi dalam hal mencapai tujuannya tapi memiliki perhatian terhadap tujuan orang lain.

### **5. Gaya Kompromi**

Pada gaya ini kedua individu dalam pasangan membuat kesepakatan yang mengarah pada persetujuan. Pasangan memberikan beberapa tujuan penting untuk

mendapatkan kesepakatan. *Pruitt & Carnevale (1993)* menyatakan bahwa gaya kompromi merupakan jalan tengah yang dihasilkan dari kombinasi dari tingginya perhatian terhadap tujuan individu dan tujuan pasangannya.

Dari kelima gaya resolusi konflik tersebut yang termasuk cara dengan pendekatan konstruktif yaitu gaya akomodasi, gaya integrasi, dan gaya kompromi. Sedangkan, yang merupakan gaya dengan cara destruktif yaitu gaya penghindaran dan gaya dominasi.

### **3.3 *Commuter Marriage***

#### **3.3.1 *Pengertian Commuter Marriage***

*Commuter marriage* adalah kesepakatan yang dilakukan dengan sukarela oleh pasangan suami istri yang berada pada dua lokasi geografis yang berbeda dengan pekerjaan masing-masing dan dipisahkan setidaknya tiga malam dalam satu minggu selama sesedikitnya tiga bulan (*Gerstel dan Gross, 1982*).

Istilah lain *commuter marriage* yang digunakan *Stafford (2005)* adalah *dual career dual residence (DCDR)*, yang didefinisikan sebagai individu-individu yang menikah, dengan atau tanpa anak, yang secara sukarela mempertahankan kelangsungan hidup pada dua tempat tinggal yang berjauhan, dengan maksud untuk mempertahankan pernikahan, dan keduanya berkomitmen terhadap karir mereka.

*Rhodes (2002)* menyatakan bahwa dalam beberapa referensi, *commuter marriage* didefinisikan sebagai:

- a. Pasangan yang melanjutkan karir dengan melibatkan pekerjaan yang membutuhkan komitmen yang tinggi dan pelatihan khusus dengan tanggung jawab yang besar.
- b. Pasangan memutuskan untuk menjaga keberlangsungan kehidupan rumah tangga pada lokasi yang terpisah secara geografis dengan tujuan untuk meningkatkan karir pada pasangan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *commuter marriage* adalah pasangan suami istri dengan atau tanpa anak yang tinggal terpisah secara geografis karena adanya komitmen yang tinggi terhadap pekerjaan dan mempertahankan pernikahan.

### 3.3.2 Karakteristik *Commuter Marriage*

Beberapa karakteristik yang membedakan pasangan *commuter marriage* dengan pernikahan lainnya (Gerstel & Gross, 1982):

- a. Lama pasangan tinggal di rumah yang berbeda bervariasi, mulai dari tiga bulan sampai 14 tahun. Setidaknya tiga malam dalam 1 minggu selama sedikitnya tiga bulan (Garstel dan Gross, 1982)
- b. Jarak yang memisahkan pasangan tersebut antara 40-2.700 mil
- c. Jarak yang bervariasi dari rumah utama, kebanyakan pasangan tersebut menghabiskan waktu mereka di rumah yang berbeda (salah satu pasangan di rumah utama dan pasangan lain di rumah lain di tempat lain).
- d. Pasangan biasanya melakukan reuni dengan variasi periode waktu yang berbeda-beda. Beberapa di antaranya melakukan reuni pada

akhir pekan tanpa mempertanyakan kapan akan melakukan reuni selanjutnya.

### 3.3.3 Karakteristik Pernikahan dan Keluarga

Rhodes (2002) menjelaskan karakteristik pernikahan dan keluarga *commuter*, antara lain:

- a. Adanya atau tidak-adanya kehadiran anak yang tinggal di rumah dalam keluarga. *Rotter, Barnett, & Fawcett* (dalam Rhodes, 2002) setuju bahwa *pasangan commuter marriage* akan mengalami pola hidup yang lebih menyulitkan dengan adanya kehadiran anak yang tinggal di rumah.
- b. Ketika pasangan setuju untuk melakukan tipe pernikahan seperti ini, salah satu orang tua biasanya tinggal di rumah bersama dengan anak-anak, sehingga akan mengemban tanggung jawab, stress, dan jumlah pekerjaan yang lebih besar, dan orang tua lainnya biasanya akan pindah ke lokasi yang lebih dekat dengan pekerjaannya (*Anderson, 1992*).
- c. Orang tua yang melakukan perpisahan dengan keluarga dapat lebih fokus dengan pekerjaannya, namun orang tua yang tinggal dengan anak-anak biasanya mengambil peran sebagai orangtua tunggal (*single parent*). Biasanya orang tua yang tidak melakukan perpisahan akan merasa kecil hati dengan perubahan dalam tanggung jawab dan pengaturan hidup (*Carter, 1992*).

- d. Banyak orang tua yang melakukan perpisahan merasakan rasa bersalah telah berpisah dengan keluarga dan melewatkan bagian-bagian penting dalam perkembangan anak-anak mereka (*Johnson, 1987, Rotter et al., 1998*).
- e. Untuk menutupi rasa bersalah mereka, umumnya orang tua tersebut mengambil langkah-langkah seperti memberikan perhatian secara kualitas ketika menghabiskan waktu dengan anak-anak mereka, memberikan model peran alternatif untuk anak-anak dan memberikan kesempatan pada anak-anak dalam memilih dua tempat tinggal yang berbeda (*Jackson et al., 2000; Rotter et al., 1998*).

#### **3.3.4. Kelebihan dan Kelemahan pada Pasangan Commuter Marriage**

*Scoot* (2002) menjelaskan ada beberapa alasan mengapa pasangan dengan dua karir memutuskan untuk memisahkan tempat tinggal mereka. Adapun kelebihan dari pernikahan dengan tipe ini adalah:

- a. Memiliki karir dan pernikahan dalam persamaan hak dalam pernikahan (*Farris, 1978; Gerstel & Gross, 1983*).
- b. Memperkuat pernikahan. Beberapa pasangan percaya bahwa perpisahan dapat memperkuat pernikahan mereka karena perpisahan memberikan perasaan akan kesuksesan (*Rapoport et al., 1978; Gross, 1980, 1981*).
- c. Ketika pasangan berpisah, mereka dapat belajar untuk mengadaptasikan jadwal mereka sesuai dengan kebutuhan mereka.
- d. Memberikan waktu kerja yang lebih panjang bagi pasangan.

- e. Selama perpisahan, masing-masing pasangan dapat memfokuskan diri pada pekerjaan mereka, namun pada saat melakukan reuni, mereka memfokuskan pada penguatan hubungannya dengan pasangan.
- f. Pola hidup seperti ini menghasilkan kemampuan baru dan meningkatkan rasa percaya diri mengenai kemampuan individu (*Gerstel & Gross, 1982; Jackson et al, 2000; Winfield, 1985*).

Selain memberikan kelebihan, pola pernikahan ini juga memberikan beberapa kelemahan, antara lain:

- a. Pasangan jarak jauh mempunyai jadwal yang disesuaikan dengan kebutuhan mereka, yaitu jadwal yang sibuk, bahkan ketika pasangan saling menjenguk, mereka tetap tidak terlepas dari jadwal yang sibuk. Hal ini menyebabkan pasangan tidak mampu memperkuat hubungan mereka bahkan saat mereka sedang berkumpul. Jadwal yang sibuk menyebabkan rendahnya kepuasan hubungan dan kehidupan keluarga (*Bunker, Zubek, Vanderslice, & Rice, 1992; Govaerts & Dixon, 1988*).
- b. Biaya yang lebih tinggi yang harus dibayar oleh pasangan ini (*Farris, 1978; Gerstel & Gross, 1984*), misalnya rekening telepon yang lebih mahal karena hubungan jarak jauh, biaya perjalanan ketika saling mengunjungi dan biaya-biaya kebutuhan kedua rumah yang ditempati masing-masing pasangan.
- c. Kurangnya kehadiran pasangan, terhambatnya kontak nonverbal mempengaruhi keintiman dalam hubungan pernikahan jarak jauh.
- d. Munculnya kecemasan dan kekhawatiran pada pasangan termasuk ketakutan untuk hidup terpisah, perceraian dan perselingkuhan

(Farris, 1978). Kekhawatiran ini umumnya muncul pada pasangan yang lebih muda, namun pada pasangan yang lebih tua lebih banyak mengalami pengalaman takut akan hidup terpisah dan sedikit cemas mengenai perceraian dan perselingkuhan (Gerstel & Gross, 1984).

- e. Kurangnya komunikasi tatap muka sedangkan suatu komunikasi tatap muka sangatlah penting pada pasangan *commuter marriage* di mana kelebihan komunikasi interpersonal tatap muka yaitu Membuat suatu komunikasi menjadi lebih efektif, Kedalaman dan keakuratan isi, dan lebih memahami lawan bicara.

#### 2.4 Kerangka Pikir

Pasangan yang telah menikah, hakikatnya tinggal bersama dalam satu atap. Namun berbeda dengan pasangan yang menjalani *commuter marriage*, di mana seperti yang telah dijelaskan sebelumnya mengenai *commuter marriage* itu sendiri. Pasangan ini merupakan pasangan jarak jauh mempunyai jadwal yang sibuk, bahkan ketika pasangan saling menjenguk, mereka tetap tidak terlepas dari jadwal yang sibuk. Hal ini menyebabkan pasangan tidak mampu memperkuat hubungan mereka bahkan saat mereka sedang berkumpul. Biaya yang lebih tinggi yang harus dibayar oleh pasangan ini (Farris, 1978; Gerstel & Gross, 1984), misalnya rekening telepon yang lebih mahal karena hubungan jarak jauh, biaya perjalanan ketika saling mengunjungi dan biaya-biaya kebutuhan kedua rumah yang ditempati masing-masing pasangan. Kurangnya kehadiran pasangan, terhambatnya kontak nonverbal mempengaruhi keintiman dalam hubungan pernikahan jarak jauh. Munculnya kecemasan dan kekhawatiran pada pasangan

termasuk ketakutan untuk hidup terpisah, perceraian dan perselingkuhan (*Farris, 1978*). Kekhawatiran ini umumnya muncul pada pasangan yang lebih muda, namun pada pasangan yang lebih tua lebih banyak mengalami pengalaman takut akan hidup terpisah dan sedikit cemas mengenai perceraian dan perselingkuhan (*Gerstel & Gross, 1984*).

Yang paling bermasalah pada pasangan ini adalah masalah kurangnya komunikasi tatap muka sedangkan komunikasi tatap muka memiliki kelebihan yaitu membuat suatu komunikasi menjadi lebih efektif ketika berbicara (mengirim pesan) secara langsung tanpa ada penundaan pesan pada lawan bicara (penerimaan pesan) dan segera mendapat tanggapan dari lawan bicara (*feedback*). Dengan tatap muka individu akan mengirim pesan secara langsung dan mendapat *feedback* pun secara langsung. Kedalaman dan keakuratan isi, komunikasi tatap muka jelas lebih memperkaya informasi baik yang dikirim maupun yang diterima. Ketika menyampaikan suatu informasi, lawan bicara kita bisa akan lebih memahami informasi tersebut tidak hanya lewat verbal tetapi nonverbal yang ditunjukkan. Begitupula sebaliknya, ketika ada *feedback*, kedalaman dan keakuratannya lebih tinggi. Dan memahami lawan bicara, dengan komunikasi tatap muka akan membuat seseorang memahami dan mempelajari lawan bicaranya lewat tatapan, raut wajah, gerakan alis, mulut, dan gerakan nonverbal lainnya yang ditunjukkan.

Pada kenyataannya yang terjadi pada pasangan *commuter marriage* dengan segala hambatan yang ada di mana mereka hanya bisa mengandalkan sebuah alat komunikasi dan media social untuk membantu mereka berkomunikasi dengan baik. Tapi pada kenyataannya alat komunikasi itu sendiri terkadang

menjadi suatu kecemasan pada pasangan *commuter marriage*, di mana mereka mencemaskan apakah pesannya dapat sampai dengan cepat ataukah malah tidak sampai, menjadi suatu ancaman yang sering sekali menghantui para pasangan *commuter marriage* dan terkadang dari situlah mulai terjadinya konflik.

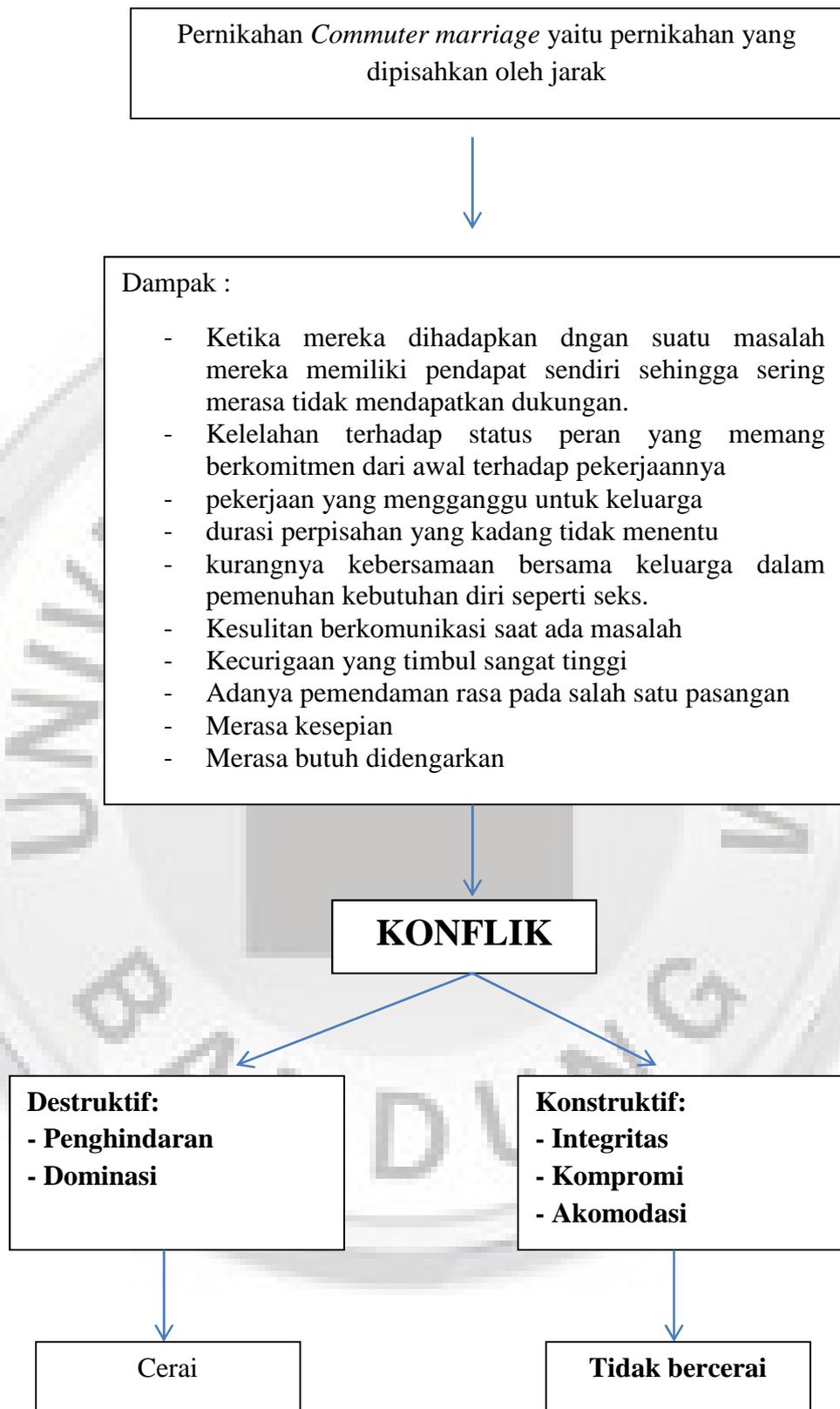
Pasangan *commuter marriage* tentu saja mengalami masalah yang lebih terutama pada masalah komunikasi antar pasangan dibandingkan dengan pasangan yang tinggal serumah. Masalah pada komunikasi tampak ketika pesan nonverbal tidak dapat tersampaikan melalui media komunikasi seperti telepon dan media elektronik lainnya yang akhirnya akan mempengaruhi hubungan pasangan.

Dengan hambatan-hambatan yang ada tentunya akan menimbulkan sebuah konflik pada pasangan *commuter marriage*, karena pada dasarnya saja setiap pasangan menikah baik itu pasangan yang mengalami *commuter marriage* ataupun tidak tentu akan tetap mengalami konflik. Seperti yang terjadi pada beberapa pasangan yang menjalani *commuter marriage* ini dari beberapa pasangan peneliti mengambil 3 yang mengalami beberapa konflik yang berbeda namun pasangan ini merasakan suatu usaha yang harus dilakukan dengan sangat susah payah di mana ketika terjadi perbedaan pendapat ataupun memiliki sesuatu yang merasa tidak nyaman bagi salah satunya tentunya sangat sulit diungkapkan mengingat jarak yang memisahkan mereka dan mereka hanya mengandalkan alat komunikasi saja untuk dapat berhubungan. Bagaimana mereka memiliki cara dalam penyelesaian masalah mereka melihat kenyataan yang harus mereka sadari dan terima.

Dalam resolusi konflik, ada dua pendekatan yaitu konstruktif dan destruktif. Pada pendekatan konstruktif, fokus pada yang terjadi saat ini

dibandingkan masalah yang lalu, membagi perasaan negatif dan positif, mengungkapkan informasi dengan terbuka, menerima kesalahan bersama dan mencari persamaan-persamaan. Konflik konstruktif cenderung untuk kooperatif, prososial, dan menjaga hubungan secara alami (*Olson & DeFrain, 2006*).

Sebaliknya, dalam pendekatan destruktif, pasangan mengungkit masalah-masalah yang telah lalu, hanya mengekspresikan perasaan-perasaan negatif, fokus pada orang bukan pada masalahnya, mengungkapkan selektif informasi dan menekankan pada perbedaan - tujuan untuk perubahan minim. Konflik destruktif mengarah pada kompetitif, antisosial, dan merusak hubungan. Perilaku destruktif memperlihatkan perilaku negatif, ketidaksetujuan dan kadang kekerasan. Dalam kedua pendekatan tersebut ada beberapa gaya dalam menyelesaikan konflik atau resolusi konflik.



**Gambar 2.1**  
**Skema Berpikir**