



# SELF CONTROL SEBAGAI UPAYA MEMPERTAHANKAN HUBUNGAN PERTUNANGAN MAHASISWI INTENSIF SEMESTER AKHIR IDIA PRENDUAN

**Heri Fadli Wahyudi**

Universitas Al-Amien Prenduan

[fadliwahyudi73@gmail.com](mailto:fadliwahyudi73@gmail.com)

**Shulfitriah Mahayuni Rmd**

Universitas Al-Amien Prenduan

[Shulfitriah09@gmail.com](mailto:Shulfitriah09@gmail.com)

**Abstrak:** Pertunangan sudah menjadi salah satu kebiasaan orang-orang madura pada umumnya. Karena diketahui bahwa pertunangan dapat mempermudah jalannya masa perkenalan antara laki-laki dan perempuan serta keluarga diantara kedua belah pihak. Dengan tujuan untuk mengetahui lebih dalam mengenai perilaku dan juga segala kemungkinan yang ada dalam masing-masing keluarga maupun anak-anaknya. Sehingga, dengan begitu akan menumbuhkan rasa cinta kasih dan pemahaman yang mendalam mengenai kematangan untuk dapat mengarungi sebuah ikatan yang sakral (pernikahan). Oleh karena itu, perlu adanya pemahaman diri dan juga pengaturan diri yang mendalam untuk menjaga bagaimana makna pentingnya pertunangan yang sesuai dengan hukum islam yang ada. Supaya tidak menjadi salah pergaulan untuk anak-anak yang sudah bertunangan. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan (1) bagaimana gambaran hubungan pertunangan mahasiswi intensif semester akhir IDIA Prenduan dan (2) bagaimana self control dalam mempertahankan hubungan pertunangan mahasiswi intensif semester akhir IDIA Prenduan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis deskriptif. Adapun informan dalam penelitian ini berupa lima mahasiswi intensif semester akhir yang sudah bertunangan dan lokasi penelitian ini di IDIA Prenduan tepatnya pada program intensif mahasiswi semester akhir. Teknik pengumpulan data meliputi wawancara dengan jenis terstruktur, observasi dengan jenis partisipan. Sedangkan analisis data yang digunakan meliputi reduksi data, penyajian data dan verifikasi. Sehingga dapat memperoleh hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa, (1) gambaran hubungan pertunangan mahasiswi intensif semester akhir IDIA Prenduan berupa, sebagai pengikat tali silaturahmi, dijalani dengan kejujuran dan keterbukaan, serta senantiasa menjalin komunikasi yang baik sesama keluarga. Sedangkan (2) self



control dalam mempertahankan hubungan pertunangan mahasiswi intensif semester akhir IDIA Prenduan dapat menjadikan beberapa mahasiswi untuk bisa kontrol keputusan, kontrol tingkah laku dan kontrol kognitif.

**Kata Kunci: Pertunangan, Mahasiswi intensif Self control**

**Abstract:** Engagement has become one of the habits of Madurese people in general. Because it is known that the engagement can facilitate the course of the introduction period between men and women as well as the family between the two parties. With the aim of knowing more about the behavior and also all the possibilities that exist in each family and their children. Thus, it will foster a sense of love and a deep understanding of maturity to be able to navigate a sacred bond (marriage). Therefore, there is a need for self-understanding and also a deep self-regulation to maintain how the importance of engagement is in accordance with existing Islamic law. So as not to be wrong Association for children who are already engaged. The purpose of this study was to describe (1) how the picture of the engagement relationship of the final semester intensive student IDIA Prenduan and (2) How self-control in maintaining the engagement relationship of the final semester intensive student IDIA Prenduan. The research methods used in this study using this study using qualitative methods with descriptive type. The informants in this study are five final semester intensive students who have been engaged and the location of this study in IDIA Prenduan precisely in the final semester intensive Student program. Data collection techniques include interviews with structured types, observations with Participant types. While the data analysis used includes data reduction, data presentation and verification. So as to obtain the results of this study indicate that, (1) the description of the engagement relationship intensive final semester student IDIA Prenduan form, as a bond of friendship, lived with honesty and openness, and always establish good communication among families. While (2) self control in maintaining the engagement relationship of intensive female students in the final semester of IDIA Prenduan can make some female students to be able to control decisions, control behavior and cognitive control.

**Keywords : Engagement, Intensive Student, Self Control**



## Pendahuluan

Pada hakikatnya manusia adalah makhluk sosial yang tidak terlepas dari kehidupan bersosial, karena kehidupan bersosial akan terus menerus mendorong manusia untuk saling melengkapi, membantu, memahami dan memberikan motivasi antara satu dan yang lain. (Jannah, 2021) Dengan adanya keterkaitan ini, maka tali silaturahmi akan terjalin lebih baik dan semakin mempersatukan makhluk sosial yang tidak memiliki keterikatan sebelumnya. Salah satu kehidupan sosial yang menonjol agar tali persaudaraan itu semakin terikat dengan erat, yakni dengan adanya pernikahan. Sebagaimana firman Allah swt dalam Q.S. An-Nur: 32 yang artinya:

*“Dan nikahkanlah orang-orang yang masih membujang di antara kamu, dan juga orang-orang layak (menikah) dari hamba-hamba sahayamu yang laki-laki dan perempuan. Jika mereka miskin, Allah akan memberi kemampuan kepada mereka dengan karunia-Nya. Dan Allah Maha luas (pemberian-Nya), Maha Mengetahui”.* (Q.S. An-Nur: 32)

Istilah pernikahan itu sendiri adalah suatu ikatan perjanjian sah antara laki-laki dan perempuan yang telah menginjak usia dewasa ataupun sudah dianggap dewasa dan mampu membangun sebuah pernikahannya dengan baik, karena pernikahan dianggap sebagai suatu ikatan yang sakral. Dianggap sakral karena dalam pernikahan, hubungan seorang laki-laki dan perempuan menjadi sah secara agama dan negara. Tujuan dari pernikahan tersebut agar dapat membentuk bahtera keluarga yang sejahtera, bahagia, damai dan penuh kasih sayang atau yang biasa dikenal dengan istilah *sakinah mawaddah warrahmah*. (M.H, 2021) Selain itu, pernikahan juga dapat menyatukan atau mengikat hubungan tali silaturahmi antara dua keluarga yang berbeda menjadi satu keluarga yang utuh, dengan tujuan agar menjadi lebih dekat dan saling mengenal lebih jauh.

Sebelum mengikat dua keluarga menjadi satu keluarga yang utuh, maka perlu adanya pendahuluan, pengenalan, ta'aruf, khitbah atau lebih umumnya dikenal dengan istilah pertunangan antara kedua pasangan. Pertunangan dalam istilah fiqih disebut dengan istilah khitbah. Namun, di masyarakat lebih di kenal dengan istilah pertunangan, (Analiansyah & Iqbal, 2020) pertunangan berarti mengikat seseorang atau permintaan dari seorang laki-laki kepada perempuan melalui proses lamaran sebelum menikah dengan pasangannya. Adanya proses pertunangan ini, bertujuan untuk mengenal lebih jauh mengenai pasangan yang akan dinikahi. Menurut sebagian ulama, tunangan dikategorikan sebagai pendahuluan atau persiapan sebelum menikah hukumnya boleh (mubah), selama syarat khitbah terpenuhi. (Arrahman, 2019)

Hubungan ini pada umumnya dijalani oleh para mahasiswa-mahasisiwi atau remaja akhir menuju dewasa (18-25). (Handayani, 2020) Masa remaja adalah masa peralihan yang harus dilewati oleh setiap orang pada pada setiap fase perkembangan. Masa perkembangan remaja ialah periode masa perkembangan individu yang berupa masa pencapaian kematangan mental, sosial, emosi, fisik dan juga pola peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Dalam artian bahwa kondisi seseorang yang matang atau siap dalam berhubungan jarak jauh terhadap masing-masing pasangan dan siap sebagai pasangan suami istri, siap terlibat

dalam hubungan seksual, siap berkeluarga, siap merawat, mengasuh dan mendidik anak-anaknya dan mampu menerima konsekuensi atau konflik yang ada dalam kehidupan pernikahan.

Dalam menjalani hubungan pertunangan, tidak semua pasangan memiliki komunikasi yang baik, namun ada juga yang mengalami miss komunikasi. (Belinda et al., 2022) Faktor utama dari retaknya hubungan itu adalah dipandang banyaknya stigma negatif yang merusak salah satunya adalah komunikasi yang dibangun kurang baik dan juga tingkat kepercayaan yang ada pada kedua pasangan pun tidak terjalin dengan baik, sehingga menimbulkan perbedaan persepsi dan juga perbedaan pendapat. Hubungan jarak jauh itu sendiri tidak bisa diukur hanya dari lisan antar pasangan saja, namun tingkat kepercayaan pada masing-masing individu pun sangat penting, karena hal itu menjadi tolak ukur bagi kedua pasangan dalam menjalin hubungan keduanya yang penuh batasan tersebut.

Sebagaimana yang dijelaskan oleh Goldfried dan Merbaum bahwa self control merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh seseorang agar dapat mengatur, mengontrol, mengarahkan, membimbing dan mampu meminimalisir atau menyusun tingkah laku atau perilakunya agar dapat membawa individu ke arah yang lebih positif dan menghindari individu dari perilaku negatif. (Goldfried & Merbaum, 1973) Sedangkan yang dimaksud dengan *self control* dalam penelitian ini adalah, bagaimana seorang individu yang menjalani hubungan pertunangan untuk mampu mengatur, mengontrol dan membimbing dirinya untuk tidak melakukan hal-hal diluar adanya kesepakatan atau perjanjian yang telah disepakati sebelumnya bersama pasangannya.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti, bahwasannya terdapat lima responden yang menjalani hubungan pertunangan cara jarak jauh. Namun, sebelumnya adanya fonomena di lapangan ditemukan tiga mahasiswi yang sudah terikat atau bertunangan, namun di tengah-tengah berjalannya hubungan pertunangan, salah satu dari pihak memutuskan untuk tidak melanjutkan adanya hubungan pertunangan, dikarenakan kurangnya ketahanan dalam sebuah hubungan yang bersifat *long distance relationship* (LDR). Sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan pertunangan yang dimaksud dalam penelitian ini ialah, hubungan terikat yang dijalani oleh lima mahasiswi yang memiliki perbedaan jarak lokasi dan juga adanya keterbatasan komunikasi yang dijalani masing-masing pasangan. Hal ini disebabkan karena adanya peran sebagai seorang mahasiswi yang masih terikat oleh adanya peraturan dan kewajiban untuk menyelesaikan pendidikan terlebih dahulu. Maka perlu adanya pengaturan diri, pengarahan dan lain sebagainya yang mampu menunjang adanya pertahanan dalam menjalani sebuah hubungan.

### **Metode Penelitian**

Dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif, (A. A. Setiawan Johan, 2018) penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang dimana peneliti berperan sebagai instrument, dengan tujuan untuk mengetahui dan mengkaji lebih dalam mengenai penelitiannya terutama yang bersifat ilmiah. (Teoritis et al., 2022) Adapun menurut Suharsimi



Arikunto menegaskan bahwa dikatakan sebagai jenis penelitian deskriptif jika peneliti benar-benar ingin mengetahui lebih mendalam mengenai status yang ingin ditelitinya lalu dipaparkan menjadi sebuah hasil penelitian. (Arikunto, 1992) Adapun sampel dalam penelitian ini berupa lima mahasiswi intensif semester akhir yang sudah bertunangan dan teknik pengumpulan data meliputi wawancara dengan jenis terstruktur dan observasi dengan jenis partisipan. Wawancara terstruktur yakni peneliti menyiapkan beberapa daftar pertanyaan. Adapun subjek wawancara dalam penelitian ini adalah lima mahasiswi semester akhir IDIA Prenduan program intensif. Sedangkan observasi dengan jenis partisipan ialah peneliti melakukan observasi di lapangan mengenai bentuk interaksi responden dengan teman-teman sekitar, keadaan atau aktivitas responden dan mengamati tingkah laku atau sikap responden di lingkungan sekitar. (A. A. Setiawan Johan, 2018)

Sedangkan Alat yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini menggunakan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan serta verifikasi. Reduksi Data atau data reduction adalah memilah-milih, merangkum, merangkai dan memfokuskan pada hal-hal yang penting saja yang berkaitan dengan tema penelitian. (M.Pd & M.Ag, 2020) Penyajian data ialah memeriksa kembali data-data yang telah diperoleh baik itu dari segi kelengkapan, kejelasan makna dan kesesuaian antara data yang satu dengan data lainnya. Data-data tersebut berupa data wawancara dan observasi. Penyajian data dilakukan dengan tujuan, menyederhanakan informasi data yang diterima agar menjadi sebuah data yang mudah dipahami serta memudahkan peneliti dalam menganalisis data hasil temuan agar tidak salah dan menarik kesimpulannya. (Arikunto, 1992) Sedangkan penarikan kesimpulan berupa melakukan *re-check* untuk mengecek, mencocokkan, menyamakan apa yang diperoleh di lapangan. Catatan kesimpulan ini awalnya masih bersifat sementara dan akan berubah jika ditemukan adanya bukti-bukti yang mendukung pada tahap pengumpulan data selanjutnya. Data yang akan diverifikasi akan dijadikan sebagai landasan dalam penarikan kesimpulan.

## Hasil Penelitian Dan Pembahasan

Setelah adanya penelitian, maka adanya hasil yang diperoleh dari penelitian dengan menggunakan prosedur pengumpulan data obesrvasi dan wawancara. Adapaun hasilnya ialah:

- a. Gambaran hubungan pertunangan mahasiswi intensif semester akhir
  - a) Sebagi Pengikat tali Silaturahmi

Dalam suatu hubungan yang sudah terikat seperti halnya pertunangan, maka menjalin tali silaturahmi ini pun sebagai salah satu langkah penting untuk dapat membangun sebuah fondasi yang kuat dalam perjalanan menuju ke jenjang pernikahan nanti. (Muttaqin, 2020) Menjalin tali silaturahmi pada dasarnya bertujuan untuk meningkatkan rasa kasih sayang dan adanya rasa kebersamaan antara sesama dengan cara saling mengunjungi dan saling tukar ide, pikiran, gagasan dan saling bertukar cerita lainnya dengan tujuan untuk memperkuat atau mempererat hubungan persaudaraan yang sudah terikat sebelumnya karena adanya pertunangan atau pun tidak dengan

pertunangan. Selain itu, kegiatan dalam meningkatkan tali silaturahmi juga menjadi salah satu media atau sarana utama untuk kemudian saling membangun rasa tanggung jawab, sosial, dan moralitas yang baik terhadap lingkungan sosial. (Permatasari, 2017)

Hal tersebut sesuai dengan data yang didapatkan oleh peneliti di lapangan bahwa, adanya menjalin tali silaturahmi ini dapat mempererat kembali hubungan yang sudah dekat semakin dekat dan yang jauh semakin dekat pula, baik itu sesama keluarga maupun terhadap pasangan. Karena menjalin tali silaturahmi atau meningkatkan tali silaturahmi tidak hanya mengikat dua insan yang berbeda namun juga berperan penting dalam mempertahankan suatu hubungan pertunangan khususnya.

Maka dari itu peneliti menyimpulkan bahwa meningkatkan tali silaturahmi itu penting dalam kehidupan bersosial, karena manusia tidak bisa sendiri tanpa bantuan orang lain. Begitupun dengan pasangan pertunangan yang sudah terikat, mampu memberikan peluang besar untuk menjalin tali silaturahmi yang lebih baik lagi dari yang sebelumnya baik itu yang dekat semakin dekat dan yang jauh semakin dekat.

b) **Senantiasa Menjalin Komunikasi yang Baik**

Menurut Guldner dan Swensen yang dikutip dari jurnal Zahra Natty fakhrana dengan judul jurnal "Pengaruh Intensitas Komunikasi Antarpribadi dan Tingkat Kecemburuan Terhadap Kualitas Hubungan Asmara Pasangan long distance relationship (LDR)", bahwa dalam menjalin sebuah hubungan pertunangan tetap menjaga komunikasi yang baik, karena hanya dengan berkomunikasi yang baik antar dapat mempererat tali hubungan yang baik setelah adanya perbedaan jarak. (Fakhrana et al., 2015) Oleh karena itu, bagi pasangan yang saat ini sedang menjalin hubungan pertunangan dengan cara jarak jauh, untuk tetap mempertahankan komunikasi yang sudah terjalin baik agar sebuah hubungan pertunangan itu semakin meningkat dan langgeng.

Sehingga dalam menjaga utuhnya sebuah hubungan pertunangan, perlu untuk memprioritaskan komunikasi yang sehat dan efektif, agar suatu hubungan jarak jauh dapat terjaga sesuai dengan apa yang menjadi target kedua pasangan. Karena dalam menjaga hubungan yang baik maka diperlukan komunikasi yang baik pula. Hal ini bertujuan untuk menjaga kepuasan komunikasi yang dijalani oleh kedua pasangan. (Lokasari et al., 2019) Hubungan pertunangan adalah salah satu bentuk hubungan yang terjalin dimana pasangan terpisah oleh jarak, waktu yang memungkinkan untuk keduanya tidak adanya kontak fisik dalam kurun waktu yang tertentu sesuai dengan yang disepakati masing-masing individu.

Namun, hal ini tidak menjadi tolak ukur bahwa komunikasi yang kedua pasangan jalani pun terbatas. Akan tetapi harus menunjukkan adanya bentuk komunikasi yang baik pula diciptakan, agar tidak menimbulkan perbedaan pendapat maupun perbedaan persepsi mengenai pasangan masing-masing. Dalam dunia komunikasi, komunikasi dikenal penting sebagai salah satu wadah penting untuk menciptakan keberagaman ataupun



kebersamaan yang tidak disengaja sebelumnya. (Ramadhan & Bachtiar, 2023) Selain itu, komunikasi juga merupakan salah satu media dalam menyampaikan pikiran, ide, gagasan atau perasaan kepada orang lain, sesuai dengan apa yang dirasakannya atau diketahui.

Selain itu pendapat lain yang diberikan oleh Mulyana yang dikutip dari jurnal Muahammad Kaisar Melga Janarsyah yang berjudul “Komunikasi Interpersonal Pasangan Long Distance Relationship Di Kalangan Mahasiswa Ilmu Komunikasi Fishipol UNY”, bahwa salah satu fungsi utama dari komunikasi dalam sebuah hubungan ialah untuk membentuk kerangka rujukan yang dapat digunakan untuk memahami situasi dan keadaan dalam lingkungan. (Melgajanarsyah & Suranto, 2023) Sehingga dapat diketahui bahwa komunikasi dalam sebuah hubungan pertunangan itu penting karena dapat memberikan nilai positif bagi pasangan pranikah agar tetap menjaga ketahanan hubungan pertunangan tersebut, salah satunya dengan adanya komunikasi yang baik walaupun adanya perbedaan jarak, terbatasnya kontak fisik dan lain sebagainya.

Hal tersebut sesuai dengan data yang didapatkan oleh peneliti di lapangan bahwa, adanya hubungan pertunangan ini dapat memberikan peluang bagi kedua pasangan ataupun terhadap kedua pihak keluarga untuk semakin mempererat komunikasi sesama. Selain itu bagi kedua pasangan, komunikasi yang dijalani pun secara harus dewasa dan tidak mengedepankan sifat egois untuk menyelesaikan suatu masalah yang ditemukan dalam hubungan pertunangan keduanya.

Maka dari itu peneliti menyimpulkan bahwa, komunikasi adalah salah satu wadah penting dalam kehidupan bersosial. Menjaga komunikasi yang baik akan memberikan dampak positif dalam kehidupan bersosial baik itu sesama keluarga yang sudah terikat maupun sesama masyarakat lainnya.

c) Dijalankan Dengan Kejujuran dan Keterbukaan

Menurut Derlega dan Berg yang dikutip dari jurnal Muhammad Iqbal dkk, yang berjudul “Hubungan Antara Komunikasi Virtual Dan Keterbukaan Diri Mahasiswa Dalam Hubungan Jarak Jauh Dengan Orang Tua”, berpendapat bahwa keterbukaan diri merupakan salah satu bentuk seseorang untuk dapat mengungkapkan informasi pribadi yang dimiliki seseorang kepada orang lain, seperti orang tua ataupun pasangan, emosi, pengalaman ataupun ide gagasan yang dimiliki, perasaan dan lain-lain. Sebagai bentuk agar orang lain mengerti atau merasakan apa yang dirasakan oleh seseorang sebelumnya, supaya perasaan, keinginan dan juga pengharapan yang dimiliki dapat terpecahkan atau adanya solusi yang baik untuk mendukung adanya keterbukaan diri. (Iqbal et al., 2023) Oleh karena itu keterbukaan dalam hal ini sangat penting untuk seseorang dapat mengungkapkan apa yang dirasakan maupun yang menjadi keinginan supaya perlu adanya solusi atau pengungkapan dari orang lain dapat membantu.

Sedangkan menurut Altman dan Taylor yang dikutip dari jurnal Muhammad Iqbal dkk, yang berjudul “Hubungan Antara Komunikasi Virtual Dan Keterbukaan Diri Mahasiswa Dalam Hubungan Jarak Jauh Dengan Orang

Tua”, bahwa keterbukaan diri menggambarkan suatu proses dimana seseorang secara bertahap untuk dapat mengungkapkan informasi pribadi yang lebih dalam dan lebih intim dari seseorang kepada orang lain. Adanya keterbukaan diri ini melibatkan kedalaman luasnya informasi yang diungkapkan dengan seiring berjalannya waktu. (Iqbal et al., 2023) Sehingga dengan begitu, informasi yang ada dalam diri seseorang mendapatkan respon baik dari orang lain dan dapat dijadikan sebagai suatu pengalaman baru. Oleh karena itu, perlu diperhatikan dengan teliti bahwa kunci dalam sebuah hubungan pertunangan itu adalah keterbukaan terhadap pasangan yang dianggap dapat memberikan solusi atau jalan keluar jika ada masalah yang dihadapi.

Hal tersebut sesuai dengan data yang didapatkan oleh peneliti di lapangan bahwa, kejujuran dan keterbukaan diri merupakan elemen kunci dalam setiap hubungan termasuk dalam hubungan pertunangan, karena keterbukaan dan kejujuran membantu membangun dasar yang kuat untuk hubungan yang lebih sehat dan berkelanjutan dalam hubungan pertunangan yang lebih serius.

Maka dari itu peneliti menyimpulkan bahwa, adanya keterbukaan diri dalam sebuah hubungan akan memberikan dampak positif salah satunya ialah, ketika ada masalah dari salah satu pasangan, adanya kejujuran atau keterbukaan diri tentang masalah yang dialaminya terhadap lawan pasangannya. Sehingga dari adanya keterbukaan diri itulah, kemudian ditemukannya solusi bersama dan berani memecahkan atau menyelesaikan permasalahan yang dialami.

b. Self control dalam mempertahankan hubungan pertunangan mahasiswi intensif semester akhir IDIA Prenduan

a) Kontrol Keputusan

Kontrol keputusan berarti, kemampuan seseorang untuk melihat atau memilih suatu tindakan atau hasil yang diperoleh berdasarkan pada sesuatu yang disetujui atau diyakininya. Mengontrol keputusan dalam self control sangat berfungsi bagi individu yang memilih berbagai kemungkinan yang ingin diputuskannya. Decisional control juga akan memberikan dampak positif bagi individu yang sedang bimbang akan sebuah keputusan.

Sedangkan menurut Andersen dan Vandehey dalam jurnalnya Ezra Addo Setiawan yang berjudul “Kontrol Diri Terhadap Pengambilan Keputusan Karier Siswa”, bahwa pengambilan keputusan atau kontrol keputusan sangat penting dan harus ada dalam diri seseorang ketika hendak mengambil keputusan yang dihadapi setiap individu. Setiap orang pasti akan dihadapkan dengan adanya pertimbangan keputusan berupa aspek-aspek pengetahuan, sikap, emosi dan lain sebagainya yang berkaitan dengan kontrol diri. (E. A. Setiawan, 2023) Oleh karena itu perlu adanya pengambilan keputusan yang bijak, agar ketika adanya suatu masalah yang kemudian muncul, perlu untuk dipertimbangkan dengan baik dan dengan keputusan yang baik pula diambil.

Adapun pendapat lain yang dikemukakan oleh Jonhson yang dikutip



dari jurnalnya Maria Ulfa Batoebara yang berjudul “Membangun *Trust* (Kepercayaan) Pasangan Dengan Melalui Komunikasi Interpersonal”, bahwa *trust* dan komitmen adalah suatu aspek yang secara terus menerus berubah dalam mejalin suatu hubungan. Sedangkan *trust* itu sendiri adalah suatu aspek yang paling dasar dalam membangun dan mempertahankan suatu hubungan secara intrapersonal. (Batoebara, 2018)

Setelah adanya keputusan yang baik telah ditentukan, perlu adanya komitmen dalam menjaga hubungan pertunangan karena hal itu adalah suatu landasan dasar yang harus dimiliki oleh setiap pasangan yang menjalani hubungan. Bentuk komitmen yang ada dalam suatu hubungan itu dapat dilihat dari adanya saling percaya, menjalin komunikasi yang baik sampai pada adanya target yang harus dicapai dalam hubungan tersebut oleh kedua pasangan. (Latifatunnikmah & Lestari, 2017) Adanya komitmen dan kepercayaan dalam suatu hubungan tersebut menjadi lebih terarah kedepannya dan juga komitmen itu ada dalam sebuah hubungan agar menjadikan kedua pasangan mampu beradaptasi dalam menyatukan pemikiran atau sudut pandang yang berbeda menjadi satu untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Sebagaimana teori yang menjelaskan tentang *trust* dan komitmen (*coomitment*) dalam membangun kepercayaan ialah guna mempertahankan sebuah hubungan, yakni pendapat dari Johnson dan Johnson yang di kutip dari Jurnal Endang Floriyanti yang berjudul “Konsep Kepercayaan (*Trust*)”, bahwa kepercayaan dan komitmen adalah salah satu prantara atau kunci bagi masing-masing pasangan untuk membangun keberhasilan hubungan yang semakin erat dan tetap memenuhi standar kepuasan pada setiap individu. (Endang Floriyanti, “Konsep Kepercayaan (*Trust*)”, Jurnal Ekonomi, Universitas Sumatera Utara, (2015) - Yahoo Search Results, n.d.) *Trust* (kepercayaan) dan komitmen itu akan tetap meningkat apabila masing-masing pasangan tersebut mampu memberikan pengharapan dan kepedulian yang sungguh-sungguh untuk kemudian membawa hubungan ke arah yang lebih jelas dan serius sesuai yang diinginkan kedua pasangan.

Hal ini sesuai dengan data yang didapatkan oleh peneliti di lapangan bahwa, adanya kontrol keputusan dan terbatasnya komunikasi dengan selain tunangan akan memberikan nilai positif dalam sebuah hubungan salah satunya ialah saling menjaga komitmen dan kepercayaan yang sudah dibangun oleh kedua pasangan. Adanya kemauan untuk saling menjaga komitmen dan kepercayaan dalam sebuah hubungan merupakan hal yang sangat penting, karena adanya saling percaya dan menjaga komitmen ini dapat menjadikan hubungan tersebut lebih terarah kedepannya.

Maka, peneliti menyimpulkan bahwa dalam mempertahankan sebuah hubungan yang sudah terikat (tunangan) perlu adanya kontrol keputusan, guna untuk menjaga komitmen dan membangun kepercayaan dalam sebuah hubungan yang dijalani oleh kedua pasangan, supaya dapat memberikan kesan-kesan positif di dalam menjalin hubungan pertunangan tersebut.

## b) Kontrol Perilaku

Menurut Averill, behavior control memiliki dua komponen penting yaitu mengatur pelaksanaan (regulated administration) dan kemampuan modifikasi stimulus (stimulus modification). Kemampuan modifikasi stimulus adalah suatu kemampuan yang digunakan untuk mengetahui kapan dan bagaimana stimulus yang tidak dikehendaki tersebut kemudian dihadapi. Sedangkan kemampuan mengatur pelaksanaan adalah kemampuan individu dalam menentukan siapa yang akan mengendalikan dirinya serta situasi dan keadaan yang ada di luar dirinya. (Averill, 1973)

Sedangkan yang dikemukakan oleh Goldfried dan Merbaum, mendefinisikan bahwa control tingkah laku sebagai suatu kemampuan seseorang untuk dapat mengatur, membimbing, mengarahkan dan menyusun tingkah laku atau karakter perilaku yang ada agar dapat membawa individu ke arah yang lebih positif dan lebih jelas. (Goldfried & Merbaum, 1973) Dengan adanya control tingkah laku, maka dapat mengarahkan individu untuk tidak salah dalam berperilaku dengan tujuan untuk menjaga ketahanan hubungan pertunangan. Sehingga hubungan pertunangan mampu bertahan ke jenjang pernikahan yang diinginkan. Karena suatu hubungan itu tidak akan mudah bertahan, jika dari salah satu pasangan tidak mempertahankan kepercayaan atau komitmen yang sudah menjadi target setiap pasangan.

Pendapat lain yang dikemukakan J.B. Watson yang dikutip dari jurnal Nurul Azizah Isnaini dkk, dengan judul "Dari Stimulus-Respon Hingga Modifikasi Perilaku; Tjauan Teori Behaviorisme John B. Watson dan Realisasinya Dalam Pembelajaran", mengemukakan bahwa pendekatan behaviorisme (perilaku), merupakan perilaku manusia yang diperoleh dari hasil belajar dan lingkungan sekitar, dari hasil belajar tersebutlah manusia berperilaku sesuai dengan apa yang diperoleh pada lingkungan sekitar. Selain itu, pendekatan ini juga memberikan asumsi lain bahwa perilaku manusia itu digerakkan atau dimotivasi oleh kebutuhan yang kemudian banyak melahirkan pengalaman baru, dan dari pengalaman baru itulah tingkah laku manusia diukur. (Isnaini et al., 2023)

Dengan begitu manusia akan bertingkah laku atau berperilaku sesuai dengan lingkungan yang menjadi tempat tinggal utamanya. Sesuai dengan yang menjadi fokus peneliti, bahwa *self control* membantu individu yang sedang menjalani hubungan pertunangan yang saat ini jauh dari tunangannya untuk bisa mengontrol tingkah laku, baik itu bersifat terbuka maupun tertutup dengan tujuan supaya komitmen dan kepercayaan terus ada dan terjaga.

Hal tersebut sesuai dengan data yang didapatkan oleh peneliti di lapangan bahwa, adanya control tingkah laku dalam diri setiap individu dapat memberikan dampak positif dalam kehidupan. Terutama bagi mahasiswi IDIA yang sudah bertunangan untuk tidak sukarela berperilaku, karena dipandang dari status bahwa individu tersebut sudah ada komitmen atau ikatan khusus dari pasangan. Sehingga perlu untuk menjaga jarak

dengan yang bukan tunangan, menguatkan kepercayaan dengan pasangan, dan saling bertukar pendapat dengan pasangan untuk menjaga kunci langgengnya sebuah hubungan.

Maka dari itu, peneliti menyimpulkan bahwa menjaga tingkah laku atau control tingkah laku ini cukup penting dalam menjaga kelanggenan sebuah hubungan baik itu jarak jauh maupun jarak dekat, lebih khususnya bagi pasangan yang menjalani hubungan dengan cara jarak jauh. Karena sebuah hubungan yang awet itu jika dari masing-masing pasangan saling menjaga kepercayaan, salah satunya ialah control tingkah laku.

### c) Kontrol Kognitif

Kontrol kognitif adalah salah satu kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat mengelolah informasi yang tidak disukainya dengan cara menginterpretasi, menilai suatu kejadian sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan. Kemampuan kognitif ini terdiri dari dua komponen yakni memperoleh informasi dan melakukan penilaian. (Savira, 2016) Dengan begitu, kemampuan yang dimiliki seorang individu dapat terkontrol dengan baik.

Sedangkan dalam ilmu kesehatan, berpikir positif (*positive thinking*) merupakan salah satu cara untuk dapat menstabilkan pikiran baik jasmani atau rohani. Begitupun dengan positif thinking terhadap pasangan, karena sebagaimana pendapat dari Peale yang dikutip dari jurnal Maulana Hasan dan Hasan Mud'is yang berjudul "Pengaruh Pikiran Positif Terhadap Kesehatan Mental: Suatu Analisis Konseptual", bahwa berpikiran positif selalu didasarkan pada kenyataan bahwa setiap masalah pasti akan menemukan solusinya dan solusi yang tepat akan selalu dilakukan melalui proses yang intelektual dan sehat. (Hasan & Mud'is, 2022)

Selain itu, berfikir positif (*positive thinking*) juga merupakan salah satu kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu untuk dapat mengembangkan atau menentukan kepercayaan diri sehingga dapat mengungkapkan kemampuan yang ada dalam diri atau apa yang menjadi keyakinan bahwa mampu menghadapi masalah yang ada, dengan tindakan-tindakan yang positif pula. Dengan berfikir positif akan menghasilkan sesuatu yang positif juga, seperti positif thinking tentang pasangan yang berbeda jarak, waktu dan juga tempat. Maka, hal ini menuntut seseorang agar dapat mengatur kemampuan dirinya untuk bisa menghindari kemampuan berpikir negatifnya dengan hal-hal yang positif lainnya, sebagaimana yang dikemukakan oleh El-Qudsy yang dikutip dari Andinny, bahwa berpikir positif itu harus diawali dengan sebuah keyakinan diri. (Andinny, 2015) Keyakinan ini berupa keyakinan bahwa seseorang mampu menghadapi masalah baik itu berat maupun ringan, sehingga hal ini menjadi kunci atau keyakinan utama bagi seseorang khususnya dalam menjalani suatu hubungan dan bagaimana individu mampu mempertahankan hubungan tersebut dengan baik.

Pendapat lain yang dikemukakan oleh Wijanarko yang dikutip dari jurnal Elly Loe Fara yang berjudul "Peningkatan Pemahaman Tentang

Berfikir Positif Melalui Metode Problem Based Learning Berbantuan Role Playing”, bahwa berfikir positif (positive thinking) merupakan salah satu tindakan untuk menghadapi suatu masalah dengan tindakan yang positif pula dan tidak mengutamakan perasaan negatif, karena hal itu tidak akan menyelesaikan suatu masalah dan semakin memperumit permasalahan yang ada. Sikap positif juga dapat membantu seseorang untuk menjadi manusia yang lebih unggul dan mampu mencapai kematangan hidup yang terintegrasi. (Fara, 2018)

Selain itu pendapat lain yang dikemukakan oleh Nana Nirwana dkk yang dikutip dari Jurnal Mulyaningtias dengan judul “Layanan Bimbingan Kelompok Tentang Berfikir Positif Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Khulafaurasyiddin Sungai Raya”, bahwa positif thinking merupakan salah satu sikap mental yang mencerminkan sikap seseorang baik itu perkataan, pemikiran dan juga meliputi gambaran-gambaran yang dimiliki oleh seseorang, hal ini selaras dengan pertumbuhan dan perkembangan yang ingin dicapai seorang individu. Selain itu tujuan utama dari positif thinking itu menjadikan seseorang lebih tenang dan lebih dewasa dalam mengambil sebuah keputusan ataupun dalam tindakan lain yang bersifat positif lainnya. (Nirwana, n.d.)

Hal tersebut sesuai dengan data yang didapatkan oleh peneliti di lapangan bahwa, adanya kontrol kognitif dalam diri seseorang itu juga penting, karena hal ini memiliki peranan penting dalam menjaga langgengnya sebuah hubungan. Karena tujuan utama dari adanya kontrol kognitif menjadikan individu lebih tenang dan lebih dewasa dalam mengambil sebuah keputusan ataupun dalam tindakan lain yang bersifat positif.

Maka peneliti menyimpulkan bahwa, adanya kontrol kognitif memberikan peluang pada setiap individu untuk tetap berpikir positif, dengan tujuan untuk menjaga ketahanan sebuah hubungan yang sudah lama terjalin, baik itu jarak jauh maupun jarak dekat. Karena hal ini membantu seseorang agar tidak mudah menerima hal-hal yang bersifat negatif, namun adanya pencernaan terlebih dahulu tentang informasi atau pesan yang diterimanya. Sehingga informasi yang kemudian didengar sebelumnya diterima dengan baik oleh pikiran dan dilakukan dengan tindakan yang positif, sesuai dan terarah.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa Gambaran Hubungan Pertunangan Mahasiswi Intensif Semester Akhir IDIA Prenduan adalah dengan adanya pertunangan mampu memberikan dampak positif terhadap lima responden yang sedang menjalani hubungan pertunangan yakni sebagai pengikat tali silaturahmi, dijalankan dengan kejujuran dan keterbukaan dan senantiasa menjalin komunikasi yang baik walaupun adanya perbedaan jarak lokasi. Sedangkan *Self Control* Dalam Mempertahankan Hubungan Pertunangan Mahasiswi Intensif Semester Akhir IDIA Prenduan ialah adanya kontrol keputusan,



kontrol tingkah laku dan kontrol kognitif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam menjalin sebuah hubungan pertunangan perlu adanya komponen-komponen yang ada ini, supaya dapat memberikan nilai yang positif pula dalam hubungan pertunangan.

### Daftar Pustaka

- Analiansyah, A., & Iqbal, M. (2020). Pengembalian Tanda Pertunangan Karena Gagal Pernikahan (Analisis Fatwa Majelis Permusyawaratan Ulama Aceh Nomor 5 Tahun 2016 Tentang Mahar Dalam Perspektif Fiqh, Undang-Undang Dan Adat Aceh). *El-Usrah: Jurnal Hukum Keluarga*, 1(2),
- Andinny, Y. (2015). Pengaruh Konsep Diri Dan Berpikir Positif Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan Mipa*, 3(2),
- Arikunto, S. (1992). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Arrahman, B. C. (2019). *Konsep Pertunangan Sebagai Pendahuluan Perkawinan Perspektif Hukum Islam*
- Averill, J. R. (1973). Personal Control Over Aversive Stimuli And Its Relationship To Stress. *Psychological Bulletin*, 80(4),
- Batoebara, M. U. (2018). Membangun Trust (Kepercayaan) Pasangan Dengan Melalui Komunikasi Interpersonal. *Warta Dharmawangsa*, 57.
- Belinda, J., Yoanita, D., & Wahjudianata, M. (2022). *Pemeliharaan Hubungan Pasangan Jarak Jauh Pada Masa Persiapan Pernikahan*. 10.
- Endang Floriyanti, "Konsep Kepercayaan (Trust)", *Jurnal Ekonomi, Universitas*
- Fakhrana, Z. N., Naryoso, A., Purbaningrum, D., & Lailiyah, N. (2015). Pengaruh Intensitas Komunikasi Antarpribadi Dan Tingkat Kecemburuan Terhadap Kualitas Hubungan Asmara Pasangan Ldr. *Interaksi Online*, 4(1).
- Fara, E. L. (2018). Peningkatan Pemahaman Tentang Berpikir Positif Melalui Metode Problem Based Learning Berbantuan Role Playing. *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, 2(1).
- Goldfried, M. R., & Merbaum, M. (1973). *Behavior Change Through Self-Control*. Holt, Rinehart & Winston.
- Handayani, Y. (2020). *Pertunangan Dalam Masyarakat Desa Poteran Kecamatan Talango Kabupaten Sumenep: Studi Interkoneksi Fiqih Dan Budaya* [Masters, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim].
- Hasan, M., & Mud'is, H. (2022). Pengaruh Pikiran Positif Terhadap Kesehatan Mental: Suatu Analisis Konseptual. *Fastabiq: Jurnal Studi Islam*, 3(1),
- Iqbal, M., Susilawati, N., & Wati, R. (2023). Hubungan Antara Komunikasi Virtual Dan Keterbukaan Diri Mahasiswa Dalam Hubungan Jarak Jauh Dengan Orang Tua. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial & Ilmu Politik*, 8(4).
- Isnaini, N., Rosyida, N., Wulandari, R., Tarsono, T., & Hasbi, H. (2023). Dari Stimulus-Respon Hingga Modifikasi Perilaku; Tinjauan Teori Behaviorisme John B. Watson Dan Realisasinya Dalam Pembelajaran. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6,
- Jannah, S. (2021). *Upaya Keluarga Dalam Menjaga Pertunangan Anak Perspektif*





- Bimbingan Konseling Keluarga*. 6(2).
- Latifatunnikmah, L., & Lestari, S. (2017). Komitmen Pernikahan Pada Pasangan Suami Istri Bekerja. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 14(2),
- Lokasari, P. V., Nugroho, W. B., & Zuryani, N. (2019). Komunikasi Antarpribadi Pasangan Yang Menjalani Hubungan Jarak Jauh (Long Distance Relationship) Di Kota Denpasar. *Jurnal Ilmiah Sosiologi (Sorot)*, 1(2),
- Melgajanarsyah, M. K., & Suranto, S. (2023). Komunikasi Interpersonal Pasangan Berpacaran Long Distance Relationship Di Kalangan Mahasiswa Ilmu Komunikasi Fishipol Uny. *Lektor: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6(1),
- M.H, D. H. A. K. J., S. Ag. (2021). *Hukum Perkawinan Islam Di Indonesia*. Arjasa Pratama.
- M.Pd, D. S. S., & M.Ag, D. S. M. (2020). *Pengantar Metodologi Penelitian: Panduan Bagi Peneliti Pemula*. Pusaka Almaida.
- Muttaqin, T. (2020). *Pentingnya Silaturahmi*.
- Nirwana, N. (N.D.). *Layanan Bimbingan Kelompok Tentang Berpikir Positif Siswa Kelas Xi Madrasah Aliyah Khulafaur Rasyidin Sungai Raya*. Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa.
- Permatasari, E. M. A. (2017). *Pola Komunikasi Jarak Jauh Antara Orang Tua Dan Anak Dalam Meningkatkan Tali Silaturahmi Di Jurusan Komunikasi Dan Penyiaran Islam Angkatan 2013 [Undergraduate, Uin Raden Intan Lampung]*.
- Ramadhan, C. S., & Bachtiar, C. (2023). Media Komunikasi Dalam Hubungan Ldr Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Universitas Islam Jember. *Medio Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1(2),
- Savira, H. Z. Dan I. (2016). Pengaruh Self-Control Terhadap Agresivitas Remaja Pada Pelajar Smp Dan Smu Di Sekolah Perguruan Nasional. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan Sdm*, 4(1).
- Setiawan, A. A., Johan. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Cv Jejak (Jejak Publisher).
- Setiawan, E. A. (2023). Kontrol Diri Terhadap Pengambilan Keputusan Karier Siswa. *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(1),
- Teoritis, K., Praktis, D., Mahasiswa, B., & Nizamuddin, N. (2022). *Metodologi Penelitian*.