

BAB 6

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa wanita Jawa yang menjalani *Long Distance Relationship (LDR)* / pacaran jarak jauh, mengalami berbagai macam dinamika perasaan serta konflik dalam diri yang disebabkan oleh pertentangan antara prinsip budaya Jawa yang berisi batasan, etika, dan tatakrama dalam berpacaran dengan pandangan diri pribadi yang cenderung menonjolkan prinsip kebebasan dalam menjalani LDR, misalnya seperti keinginan untuk menemui pasangan di luar kota, berlibur dengan pasangan, atau ingin tinggal berdekatan dengan pasangan. Prinsip budaya Jawa dan pandangan diri pribadi yang bertolak belakang dan sama kuatnya, memicu terjadinya konflik intrapersonal pada wanita Jawa. Ketika mengalami konflik intrapersonal, seseorang berada dalam kondisi disonan atau berselisih sehingga memunculkan keadaan yang tidak nyaman.

Konflik intrapersonal yang dialami oleh subjek berupa perasaan dilema karena memiliki pandangan yang berbeda dengan orang tua, ingin memberontak untuk mencapai tujuan atau kesenangan pribadi namun terhalang oleh prinsip budaya Jawa yang telah dipegang sedari kecil, serta adanya perasaan takut menanggung risiko apabila melakukan tindakan nekat atau di luar batas. Kondisi dalam diri yang tidak nyaman tersebut menimbulkan dampak pada psikis maupun fisik bagi subjek, misalnya seperti mengalami perasaan gelisah, khawatir, gelisah hingga menangis, gangguan tidur, sakit kepala, sesak napas, muncul keringat dingin, dan badan lemas. Ketika mengalami dampak-dampak tersebut, subjek kehilangan fokus pada pekerjaan atau kegiatan sehari-hari.

Pada kasus dari ketiga subjek penelitian, ketiganya melakukan upaya untuk meminimalisir konflik intrapersonal dengan memilih mempertahankan prinsip budaya Jawa dengan mengalahkan ego pribadi, seperti lebih sabar, *ngalah*, *nrima*, berpasrah diri, lebih memikirkan perasaan orang tua, serta mengalihkan konflik dalam diri dengan melakukan kegiatan yang positif seperti berdoa dan berolahraga. Munculnya mekanisme penyelesaian konflik intrapersonal cenderung dipengaruhi oleh adanya *support* dari orang-orang terdekat serta beberapa pertimbangan.

Dukungan positif dari orang tua, pasangan, maupun orang-orang terdekat juga mempermudah wanita Jawa untuk menentukan keputusan yang paling tepat untuk mengatasi konflik dalam diri. Ketika wanita Jawa telah mampu memilih salah satu prinsip dan mengalahkan prinsip yang lain, maka tidak ada lagi dua hal yang saling berlawanan dalam dirinya, sehingga perlahan dapat mencapai keadaan konsonan atau tidak berselisih. Secara keseluruhan, hasil penelitian dan pembahasan sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui dan memahami secara mendalam seperti apa konflik intrapersonal yang dialami oleh wanita Jawa yang menjalani LDR.

6.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti memiliki saran bagi beberapa pihak yang terkait dengan topik penelitian, yaitu :

1. Bagi ketiga subjek penelitian dan seluruh wanita Jawa yang menjalani Long Distance Relationship (LDR) / pacaran jarak jauh, peneliti berharap dengan adanya penelitian ini, maka pihak terkait lebih dapat memahami konsekuensi dalam menjalani pacaran jarak jauh dan dapat menentukan cara yang paling nyaman dalam mencapai kebahagiaan batin, tanpa

menghilangkan karakter dan identitas sebagai seorang wanita Jawa. Hal tersebut bertujuan untuk meminimalisir terjadinya konflik intrapersonal atau konflik dalam diri yang menyebabkan ketidaknyamanan batin, serta mengurangi dampak buruk pada kesehatan psikis maupun fisik.

Apabila konflik intrapersonal tidak dapat dihindari, sebaiknya tidak dipendam sendiri dan dibiarkan berlarut-larut, karena hanya akan menjadi bumerang bagi diri sendiri. Tidak ada salahnya untuk mencurahkan isi hati dan pikiran kepada orang-orang terdekat dan bisa dipercaya, untuk sedikitnya dapat membantu mengurangi beban dalam diri. Namun, strategi atau mekanisme penyelesaian konflik yang muncul atas kesadaran pribadi sangat penting, karena diri pribadi lebih mengetahui mana hal yang baik dan yang tidak baik untuk dilakukan daripada orang lain. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, kebanyakan wanita Jawa menggunakan prinsip budaya Jawa, seperti sabar, *ngalah*, *nrima*, dan berpasrah diri sebagai mekanisme penyelesaian konflik daripada mempertahankan pandangan diri pribadi. Jika terdapat kasus yang sama, wanita Jawa telah memiliki sedikit acuan yang dapat digunakan sebagai upaya meminimalisir atau mekanisme penyelesaian konflik.

2. Bagi orang tua atau keluarga dari ketiga subjek, serta orang tua lainnya yang memiliki anak perempuan pada fase dewasa awal yang menjalani pacaran jarak jauh, ada baiknya jika melakukan pendekatan dengan cara merangkul, menasihati dengan cara yang lebih halus, serta membuka komunikasi dua arah dengan anak, sebagai bentuk kontrol dan pengawasan dalam menjalani LDR. Berdasarkan kasus yang dialami oleh

ketiga subjek penelitian, peneliti melihat bahwa pemicu terjadinya konflik dalam diri yang terbesar yaitu cara orang tua atau keluarga yang dirasa terlalu mengekang, dengan melakukan kontrol atau pengawasan terlalu berlebihan.

Hal tersebut membuat seorang wanita Jawa yang menjalani LDR justru merasa semakin tertekan dan ingin memberontak atau melakukan hal-hal di luar batas lainnya. Peneliti juga memahami, menilik dari kasus dari ketiga subjek, subjek telah memasuki fase dewasa awal dan merasa berhak untuk menentukan pilihan hidupnya. Subjek juga ingin mendapat kepercayaan dari orang tua untuk mencapai tujuan atau keinginan pribadi tanpa meninggalkan identitas sebagai wanita Jawa yang mampu menjaga harga diri dan nama baik keluarga.

3. Bagi pasangan subjek maupun seluruh pria yang menjalani pacaran jarak jauh dengan seorang wanita Jawa, sebaiknya lebih dapat memahami seperti apa kultur budaya Jawa. Setelah pria memahami seluk beluk budaya Jawa, maka akan lebih siap dan berkomitmen dalam mendampingi seorang wanita Jawa. Peneliti pun berharap pasangan subjek dan seluruh pria yang memiliki pasangan wanita Jawa, terlebih yang sedang menjalani pacaran jarak jauh, mampu memberikan dukungan yang positif terhadap pasangannya, sehingga dapat meminimalisir terjadinya konflik dengan pasangan atau konflik dalam diri pada wanita Jawa.
4. Bagi peneliti, sebaiknya menambahkan kembali sumber referensi, baik berupa buku atau jurnal mengenai wanita Jawa dan konflik intrapersonal. Peneliti hendaknya menjelaskan lebih detail seperti apa gambaran wanita

Jawa ideal dan riil saat ini, supaya pembahasan mengenai karakter atau sifat, prinsip, maupun cara pandang wanita Jawa menjadi lebih relevan dengan kehidupan sekarang.

Dalam menyusun panduan wawancara mendalam, sebaiknya peneliti betul-betul memperhatikan pemilihan kalimat untuk menyusun pertanyaan yang sesuai dengan topik penelitian dan mudah untuk dipahami oleh subjek. Hal ini bertujuan agar subjek mampu memberi jawaban yang sesuai dengan apa yang peneliti tanyakan, sehingga tidak keluar dari pembahasan inti. Peneliti juga hendaknya mengungkap lebih dalam fenomena yang dialami oleh subjek. Selain menggunakan metode wawancara mendalam, akan lebih baik jika peneliti juga melakukan metode observasi partisipan untuk mengungkap data atau fakta lebih dalam, serta untuk melihat perspektif subjek dalam menghadapi fenomena konflik intrapersonal yang disebabkan oleh pertentangan pandangan diri pribadi dengan prinsip budaya Jawa melalui metode pengamatan di lapangan.

