

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada hakikatnya, manusia merupakan makhluk sosial yang senantiasa membutuhkan manusia lain untuk menjalin relasi sebagai teman atau pasangan hidup yang saling mencintai. Hal ini sejalan dengan Teori Hierarki Kebutuhan yang dicetuskan oleh Maslow yang menjelaskan bahwa individu memerlukan cinta dan kasih sayang setelah kebutuhan akan rasa aman dan fisiologisnya telah terpenuhi (Aruma & Hanachor, 2017). Kebutuhan akan cinta dan kasih sayang telah menjadi salah satu tahap pengembangan kehidupan pada manusia (Effendi, 2020). Bagi individu yang telah memasuki tahapan ini, maka besar peluang mereka untuk mulai menjalin hubungan yang berkomitmen. Memasuki usia dewasa, manusia memiliki kebutuhan khusus yakni *intimacy*. Dalam hal ini, *intimacy* merupakan perasaan mendalam yang dimiliki seseorang baik fisik, psikologis, emosional, dan perilaku kepada seseorang yang memiliki arti penting dalam keberadaannya disebut dengan (West & Turner, 2020). Hal ini sejalan dengan pernyataan Santrock (2018) bahwa memasuki usia dewasa, individu mengalami tahapan yang dimana mereka membentuk relasi intim dengan individu lain dalam bentuk hubungan romantis atau sering disebut sebagai berpacaran.

Berpacaran merupakan keadaan dimana dua individu saling meresmikan hubungan cintanya dan mengelola hubungan tersebut supaya dapat berkembang

hingga tahap yang lebih serius (Quah & Kumagai, 2015). Hubungan romantis dapat bermula dari berbagai latar belakang dan dinamika antara dua individu yang terlibat. Terjalannya hubungan romantis dimulai dari berbagai hal, seperti dua individu yang saling tertarik dan memutuskan untuk memulai hubungan romantis, atau muncul dari hubungan pertemanan yang kemudian berkembang menjadi percintaan. Jalinan hubungan berpacaran sendiri dapat menjadi sarana bagi seseorang untuk mengembangkan kompetensi yang perlu dimiliki untuk membangun hubungan di masa depan yakni pernikahan. Hubungan romantis menjadi suatu hal yang tidak dapat dihindari dari kehidupan seseorang terutama dalam tahap usia dewasa awal. Masa dewasa awal sendiri merupakan masa transisi remaja menuju ke dewasa atau *emerging adulthood* yang rentang usianya berkisar 18 sampai 25 tahun (Santrock, 2018). Tahap *emerging adulthood* seringkali diidentifikasi sebagai tahap dimana individu melakukan eksplorasi identitas, pencarian makna hidup, dan transisi menuju kemandirian.

Individu cenderung mencari hubungan yang mendukung, memberikan dukungan emosional, dan memungkinkan mereka tumbuh sebagai individu yang mandiri. Menjalinkan hubungan romantis pada usia dewasa awal ini memberikan dampak bagi perkembangan individu seperti keterampilan mengelola emosional, mengelola keterbukaan diri, hingga meningkatkan empati (Couture *et al.*, 2020). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aruma dan Hanachor juga menunjukkan bahwa jalinan hubungan romantis yang berlandaskan cinta dan kasih sayang dapat membantu seseorang meningkatkan kepercayaan diri dan lebih berani untuk mengambil keputusan (Aruma & Hanachor, 2017)

Menurut Hampton, terdapat dua tipe dalam menjalin hubungan berpacaran yakni *proximal relationship* yang merujuk pada hubungan di mana individu terlibat dalam interaksi fisik atau dekat secara geografis dan *long-distance relationship* (Hampton, 2004). Umumnya, seseorang yang menjalani hubungan romantis cenderung ingin selalu berada dekat dengan pasangannya baik secara emosional maupun fisik. Gambit dalam penelitiannya menyatakan bahwa selama masa berpacaran, individu akan memiliki keinginan untuk selalu berada di dekat pasangannya (Gambit, 2000). Pada kenyataannya, tidak semua pasangan dapat menjalani hubungan berpacaran dengan berdekatan. Beberapa pasangan harus terpaksa berpisah secara fisik karena perbedaan geografis dimana hal ini lebih dikenal dengan sebutan *long distance relationship*. Perbedaan geografis yang dihadapi oleh pasangan LDR sendiri akhirnya menyebabkan pasangan memiliki tingkat kontak fisik, komunikasi, dan pertemuan yang terbatas (Pistole & Roberts, 2011).

Ketika pasangan terpisah oleh jarak yang jauh, mereka tidak dapat bertemu atau berinteraksi secara fisik sebanyak yang mereka inginkan. Selain itu, keterbatasan dalam komunikasi juga dapat terjadi karena beberapa hal seperti perbedaan zona waktu, biaya komunikasi, ataupun aksesibilitas yang terbatas terhadap teknologi komunikasi. Begitu pula dengan pertemuan fisik, pasangan jarak jauh sering kali harus mengatur pertemuan secara terjadwal dan mungkin hanya bisa bertemu sesekali karena batasan geografis yang ada. Sehingga, "terbatas" dalam konteks ini mengacu pada jumlah, frekuensi, dan kualitas dari kontak fisik,

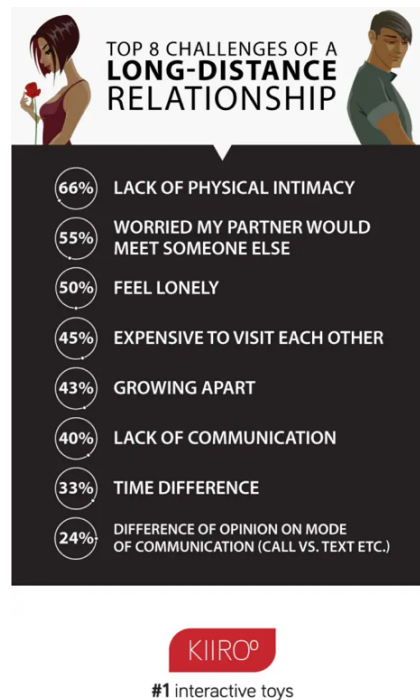
komunikasi, dan pertemuan yang dapat dilakukan oleh pasangan dalam hubungan jarak jauh.

Hubungan berpacaran jarak jauh atau *LDR* sendiri terjadi karena adanya beberapa penyebab dimana yang paling umum adalah adanya tuntutan pekerjaan dan tuntutan pendidikan sehingga menyebabkan salah satu pihak harus pergi ke daerah yang berbeda sehingga menyebabkan keduanya berjauhan secara fisik dalam periode waktu tertentu. Selain itu, rata-rata pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh tersebut terpisahkan jarak geografis berupa berbeda kota, pulau, hingga berbeda negara. Perbedaan antara *long distance relationship* dan *proximal relationship* (*geographically close*) terletak pada interaksi dan kontak fisik, dimana pasangan yang menjalani hubungan berpacaran jarak jauh tidak dapat bertemu secara fisik dengan rutin. Pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh hanya dapat mengandalkan *electronically mediated communication* seperti sosial media dan *messaging app* untuk berkomunikasi setiap harinya dengan bertukar pesan, telepon, dan *video call* demi memperkuat hubungannya (Beebe *et al.*, 2014).

Piazza (2018) menyebutkan bahwa pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh memiliki tingkat kepuasan dan dedikasi yang relatif tinggi terhadap hubungannya, serta lebih rendah kemungkinan mengalami rasa pengekangan dari pasangan. Namun, Stafford (dalam Kalbfleisch, 2005) menyatakan bahwa hubungan jarak jauh merupakan bentuk hubungan yang tidak ideal untuk pasangan yang berpacaran karena tidak adanya kedekatan fisik dan komunikasi secara langsung yang menyebabkan adanya penurunan kualitas hubungan. Pada akhirnya,

tidak sedikit pasangan yang akhirnya mengalami *communication breakdown* karena terhambatnya kegiatan komunikasi karena menjalani hubungan jarak jauh.

Dinamika hubungan yang buruk menyebabkan jalinan *romantic relationship* menjadi lebih kompleks dan penuh tantangan sehingga memerlukan pemahaman lebih dalam menjalaninya (Ristiani, 2021). Hasil survey yang dilakukan oleh lembaga riset OnePoll pada tahun 2018 untuk perusahaan KIIROO menyebutkan beberapa hal yang menjadi tantangan utama hingga penyebab disolusi pada pasangan romatis yang menjalani LDR seperti kurangnya keintiman fisik, kekhawatiran pasangan akan bertemu dengan "orang lain", merasa kesepian, kurangnya dana untuk mengunjungi pasangan, jarak yang semakin jauh, kurangnya komunikasi, perbedaan waktu, perbedaan pendapat tentang cara berkomunikasi (*OnePoll*, 2018). Lebih lanjut, hasil survei menunjukkan bahwa tidak sedikit pasangan yang menjalin hubungan LDR mengalami pembubaran dalam masa 4 bulan pertama saat mereka mulai berpisah secara fisik (*OnePoll*, 2018).



Gambar 1. Top 8 Challenge Of A Long-Distance Relationship

Menurut teori segitiga cinta (*Triangular Theory Of Love*) yang dikemukakan oleh Stenberg (1986), cinta harus meliputi tiga bentuk yaitu keintiman, gairah, dan komitmen. Masing-masing dari komponen cinta ini saling berkaitan dan tidak bisa dihilangkan salah satunya. Apabila salah satu dari komponen tersebut diabaikan maka akan muncul ketidakseimbangan dalam sebuah hubungan. Sementara itu, hubungan LDR berpotensi mengurangi salah satu komponen dari tiga bentuk cinta tersebut. Hal ini menjadi linier dengan pendapat Purba & Siregar (2006) yang menyatakan bahwa hubungan berpacaran yang dijalankan secara jarak jauh menjadikan hubungan itu penuh dengan ketidakpastian, kekhawatiran tentang masa depan hubungan, dan keraguan tentang komitmen pasangan memberikan tekanan emosional yang signifikan pada individu yang terlibat. Dampak dari hubungan LDR secara individu dipaparkan melalui

penelitian oleh Purdue *University* di Amerika Serikat menunjukkan bahwa tidak sedikit individu yang menjalani LDR merasa kurang bahagia, kesepian, mengalami depresi ringan, dan kesedihan yang berlarut yang disebabkan oleh adanya dinamika hubungan yang buruk (Roberts, 2003).

Wood (2016) menjelaskan bahwa adanya jarak yang diperparah dengan kesibukan masing-masing menjadi permasalahan utama pada jalinan komunikasi antar individu karena menyebabkan terhambatnya kegiatan *daily sharing* setiap harinya yang pada akhirnya menyebabkan penurunan tingkat *intimacy* dalam hubungan. Kesibukan masing-masing individu menyebabkan melemahnya komunikasi pada pasangan LDR. Minimnya kontak fisik juga menyebabkan konflik seperti konflik antar pribadi sulit untuk diselesaikan (DeVito, 2013). Ketika pasangan telah memasuki fase ini, pasangan rentan mengalami fase ketidakpuasan hingga fase kemunduran hubungan interpersonal (DeVito, 2013).

Berikut pengalaman salah satu pengguna Quora yang menceritakan dinamika konflik dalam hubungan LDR yang dijalaninya.

“Saya pernah digantung oleh pasangan LDR saya dan akhirnya saya memilih untuk mengakhiri hubungan tersebut karena dia terus-menerus mendiamkan saya, mengacuhkan chat dan telfon saya sampai akhirnya satu bulan tanpa kabar saya mengakhiri hubungan tersebut. Semua berawal dari hubungan LDR yang sudah setengah tahun saya jalani saat masih menjadi mahasiswa. Memasuki bulan keenam, dia menjadi cuek dan mudah marah hingga masalah sepele saja dipermasalahkan. Salah satu masalah terakhir adalah karena saya tidak mau disuruh mandi. Saya hanya menjawab ‘saya lelah baru pulang, nanti saja saya mandinya’. Lalu dia mendiamkan saya sampai sebulan, sampai akhirnya saya meminta kejelasan, dan berujung putus.”

(<https://id.quora.com/Bagaimana-akhir-dari-kisah-hubungan-jarak-jauh-kamu-dan-pasanganmu>)

Contoh di atas merepresentasikan bagaimana pasangan mengalami penurunan intensitas dalam komunikasi, di mana salah satu pasangan merasa diabaikan dan dihindari, sehingga menimbulkan ketidakpuasan. Contoh lain disebutkan oleh salah satu akun pengguna melalui platform Quora.

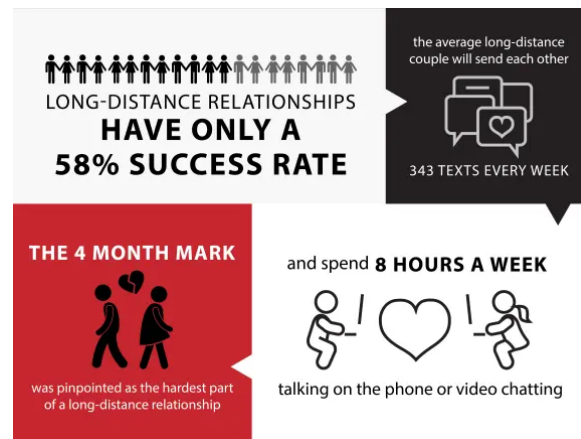
“Hahaha. dulu pernah pacaran dari SMA terus waktu kuliah LDR Indonesia - Jerman. Putus akhirnya. LDR itu susah sih, yg aku inget dari LDR:

- a. **Less thing to talk about**, Karena circlenya jadi beda dan tiba-tiba gak punya intersection circle. Karena udah gak punya intersection circle, jadi gak nyambung kalo ngobrol. Lah itu siapa? Gak kenal. Dia ngapain juga gak ada bayangan. Lama-lama jadi disengage, **and you started to not click**. And finally one day, you wake up and suddenly realize that you run out of things to talk about and inevitably just stop talking to them altogether.*
- b. **Gap Time** nah ini si, apalagi yang beda negara. Dulu aku beda 6/7 jam gitu lupa. Waktu aku pagi, dia midnight, waktu aku siang, dia baru bangun. Waktu yang match jadi berkurang, dan susah banget buat komunikasi. Karena susah komunikasi jadi sering banget salah paham hehehe. Semangat untuk pejuang LDR!”*

(<https://id.quora.com/Bagaimana-akhir-dari-kisah-hubungan-jarak-jauh-kamu-dan-pasanganmu>)

Kasus di atas ini menggambarkan bahwa perbedaan lingkungan dan kehidupan sehari-hari membuat keduanya kehilangan kesamaan minat atau kegiatan yang biasanya menjadi topik pembicaraan. Tanpa kesamaan tersebut, hubungan menjadi kurang bermakna dan sulit untuk tetap terhubung, pasangan mulai merasa tidak terlibat secara emosional sehingga menyebabkan perasaan kehilangan ikatan dan ketidaknyamanan dalam hubungan yang pada akhirnya membuat mereka kesulitan untuk berkomunikasi dan menimbulkan konflik dalam hubungan. DeVito (2013) menjelaskan bahwa adanya jarak antara dua individu berperan besar terhadap pemutusan sebuah hubungan. Lebih lanjut, konflik yang

tidak terselesaikan ketika pasangan sedang berada dalam fase kemunduran berpotensi memasuki fase perpisahan.



Gambar 2. Long-Distance Relationship Success Rate

Salah satu kelompok yang umum menjalani hubungan LDR adalah mahasiswa. Dalam Wood (2016) dijelaskan bahwa mayoritas mahasiswa sedang atau pernah menjalin hubungan asmara jarak jauh. Banyaknya pemuda yang kini mendapatkan kesempatan untuk berkuliah di berbagai universitas membuat hubungan jarak jauh karena studi beda kota bahkan beda negara ini akhirnya menjadi fenomena yang marak dilakukan. Salah satu contohnya tercermin dari pengalaman pengguna platform Quora di atas. Survei yang dilakukan pada 1.000 responden dimana 70% merupakan mahasiswa yang menjalani hubungan jarak jauh di masa perkuliahannya menunjukkan bahwa 42% pasangan gagal dalam mempertahankan dan melanjutkan hubungan pacaran jarak jauhnya (OnePoll, 2018). Mahasiswa sendiri merupakan individu yang memasuki usia *emerging adulthood* yakni 18 sampai 25 tahun dimana mereka perlu memenuhi tugas perkembangannya yang memiliki kaitan erat dengan orientasi masa depan (Yusuf, 2019). Mahasiswa sendiri identik dengan seluruh beban akademik yang menyita

fokus waktu mereka. Seluruh kegiatan akademik yang dijalani mahasiswa semasa perkuliahan merupakan sumber daya yang diperlukannya untuk berkarir kedepannya.

Beberapa tugas perkembangan yang menjadi karakteristik di masa ini seperti: mencari dan memilih pasangan hidup, membangun kehidupan berumah tangga, bekerja untuk memiliki jenjang karir yang baik dalam rangka menata perekonomian keluarga (Papalia *et al.*, 2020). Maka dari itu, penting bagi mereka untuk dapat mengikuti kegiatan akademik dengan baik dengan meminimalisir adanya tekanan dari hal lain salah satunya *romantic relationship* supaya keproduktifan mereka sebagai mahasiswa tetap terjaga dengan baik.

Konflik dalam sebuah hubungan romansa adalah suatu hal yang umum dalam sebuah perkembangan hubungan (Wood, 2016). Dinamika atau pasang surut merupakan hal yang alami dan tak terhindarkan dalam hubungan romantis. Hal ini sejalan dengan pernyataan Altman dan Taylor mengenai tahapan depenetrasi sosial dimana komunikasi juga dapat membawa hubungan kembali kearah yang tidak intim (West & Turner, 2020). Setiap hubungan akan mengalami tantangan dan perubahan seiring waktu, yang sering kali dihadapi sebagai permasalahan-permasalahan yang muncul. Hubungan biasanya memang mengalami kerenggangan karena adanya pelanggaran pada hal-hal yang ada dalam hubungan seperti aturan, janji atau ekspektasi.

Dalam perjalanan hubungan romantis, sangat mungkin bagi pasangan untuk mengalami berbagai dinamika hubungan. Teori pemeliharaan hubungan memfokuskan pada upaya-upaya yang dilakukan dalam menghadapi dinamika

konflik (Dindia & Canary, 1993). Teori ini menyoroti proses interpersonal dan hubungan sosial antara pasangan yang menyatakan bahwa setiap individu dalam suatu hubungan akhirnya akan menemui perbedaan kepentingan dan kebutuhan satu sama lain, yang sering kali menjadi sumber konflik. Dalam hubungan romantis, individu akan mengevaluasi pasangannya menggunakan lima strategi pemeliharaan hubungan (*positivity, openness, assurances, networks, and tasks*).

Pada konteks hubungan jarak jauh (LDR), pasangan menggunakan tindakan pemeliharaan seperti berkomunikasi secara rutin dan terbuka, memberikan dukungan emosional, membuat rencana untuk bertemu secara berkala, dan membangun kepercayaan satu sama lain supaya hubungan tetap terjaga. Pasangan yang merasa kurang diuntungkan memiliki arti bahwa mereka menerima lebih sedikit perilaku pemeliharaan dari pasangan mereka (DeVito, 2016). Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, ketidakseimbangan ini akan mendorong hubungan memasuki fase kemunduran hingga perpisahan.

Perspektif dari teori dialektika relasional dapat digunakan untuk menjelaskan manajemen hubungan pada berbagai macam fenomena mulai dari pertemanan, hubungan romantis sebelum menikah (*courtship/dating*), hingga pernikahan (Hoppe-Nagao & Ting-Toomey, 2002). Teori yang berfokus pada proses interpersonal dan hubungan sosial pasangan ini menjelaskan bahwa setiap pasangan yang menjalin hubungan romantis memiliki dinamika konflik, terlebih pada pasangan *nonnormative* seperti *long-distance relationship* yang mana hal tersebut dapat dikelola dengan negosiasi dalam hubungan masing-masing (McBride & Bergen, 2014). Baxter & Montgomery menyatakan bahwa setiap hubungan

personal baik keluarga, persahabatan, berpacaran, hingga pernikahan terdapat ketegangan ketegangan yang saling kontradiktif.

Salah satu studi di Indonesia terkait *commuter relationship* menyebutkan pasangan yang terpisah jarak akan berdampak pada komunikasi yang menjadi tidak intensif dan berkualitas sehingga meningkatkan kecurigaan, ketidakpercayaan, dan kesalahpahaman yang mengakibatkan konflik di antara pasangan (Nastiti & Wismanto, 2017). Secara umum, perspektif dari teori dialektika relasional ini menjelaskan tentang pertentangan, negosiasi, atau permasalahan yang terjadi pada hubungan antar manusia (Griffin, Ledbetter, dan Sparks, 2015). Dalam menjalin hubungan interpersonal, tiap pasangan akan merasakan ketegangan yang berbeda karena mereka memiliki keunikannya masing-masing. Oleh karena itu, menarik bagi peneliti untuk mengeksplorasi dinamika hubungan, khususnya dalam konteks berpacaran jarak jauh.

1.2 Rumusan Masalah

Fenomena hubungan jarak jauh semakin marak terjadi dengan dukungan kemajuan teknologi. Perkembangan teknologi komunikasi memungkinkan pasangan untuk tetap terhubung melalui berbagai platform digital seperti media sosial, aplikasi pesan instan, dan berbagai platform komunikasi online lainnya. Pasangan dalam LDR memiliki lebih banyak cara untuk tetap terhubung dan menjaga hubungan mereka seperti berkomunikasi secara *real-time*, berbagi momen, dan membangun keintiman melalui layanan video dan panggilan suara. Oleh karena itu, meskipun jarak memisahkan mereka, pasangan dapat merasa lebih dekat satu

sama lain dan memperkuat ikatan emosional mereka melalui bantuan teknologi modern.

Meskipun memiliki berbagai akses untuk berkomunikasi, pasangan yang menjalani hubungan LDR tetap memiliki kompleksitasnya sendiri. Dinamika ini berkembang karena keterbatasan kontak fisik yang membuat pasangan tidak dapat berinteraksi secara langsung. Pada beberapa kasus, pasangan yang LDR akhirnya mengalami *communication breakdown*. Jarak, perbedaan jadwal, dan tidak adanya kontak fisik membuat kesulitan untuk saling berbagi pengalaman, menyampaikan perasaan, hingga berkurangnya kepercayaan terhadap pasangan konflik antarpribadi yang membuat individu merasakan ketidakpastian dan kebingungan pada hubungan. Ketika individu tidak mampu mengelola dinamika hubungan seperti ini, maka timbul risiko konflik yang lebih besar dan muncul ketidakpuasan pada hubungan. Ketidakpuasan merupakan salah satu tahap yang menandakan adanya kemunduran dalam hubungan (DeVito, 2013). Kurangnya intensitas komunikasi dan kesibukan masing-masing individu berpotensi memperparah konflik pada hubungan. Oleh karenanya, penelitian ini akan berfokus pada rumusan masalah “Bagaimana dinamika hubungan yang dialami oleh individu yang pernah atau sedang menjalani hubungan berpacaran jarak jauh?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Mengetahui bagaimana dinamika hubungan berpacaran pada *Long-Distance Relationship*

2. Mengetahui pemeliharaan hubungan pada pasangan yang menjalani *Long-Distance Relationship*

1.4 Signifikansi Penelitian

Signifikansi atau manfaat dalam penelitian ini merupakan suatu pencapaian dari tujuan yang telah ditentukan pada sebuah penelitian. Berikut beberapa manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini:

1.4.1 Signifikansi Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan pemikiran dan kajian keilmuan khususnya di bidang komunikasi dengan menjadi referensi bagi penelitian baru di masa depan.

1.4.2 Signifikansi Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi petunjuk bagi individu supaya dapat memahami bagaimana dinamika hubungan ketika menjalani *long distance relationship*.

1.4.3 Signifikansi Sosial

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, informasi, dan pemahaman tentang dinamika hubungan yang terjadi dalam menjalani hubungan jarak jauh khususnya untuk mahasiswa.

1.5 Kerangka Pemikiran

1.5.1 Paradigma Penelitian

Untuk memudahkan proses pengkajian, paradigma digunakan para peneliti untuk menemukan jawaban dari rumusan masalah. Paradigma didefinisikan sebagai sekumpulan landasan dasar yang menjadi pedoman untuk sebuah tindakan (Denzin & Lincoln, 2017). Pada penelitian ini, paradigma komunikasi yang digunakan untuk mengkaji penelitian tersebut adalah paradigma interpretatif. Paradigma ini fokus pada pengalaman subjektif seseorang dalam bagaimana mereka berinteraksi dengan satu sama lain, membantu memahami serta menggambarkan berbagai tindakan sosial secara ilmiah melalui fenomena yang terjadi pada seseorang. Schutz menyatakan bahwa perhatian paradigma interpretatif ditujukan khusus untuk memahami makna dan pengalaman masing-masing individu dalam kehidupan sehari-hari, yang tujuannya akhirnya untuk menjelaskan bagaimana objek dan pengalamannya dapat menciptakan sebuah pengalaman yang memiliki makna (Denzin & Lincoln, 2017)

1.5.2 State Of The Art

1. Penelitian yang dilakukan oleh T. Evan Smith (2020) dengan judul “*Long-Distance Relationships in The First Year of College*” merupakan penelitian psikologi dengan menggunakan metode survei kepada mahasiswa yang menjalani tahun pertama perkuliahan. Penelitian ini terbagi menjadi dua tahap dengan tujuan untuk melihat dampak hubungan jarak jauh terhadap penyesuaian perguruan tinggi dan kepuasan hubungan dari waktu ke waktu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan dari tahap 1 dan tahap 2, dimana pada tahap 2 terdapat efek signifikan pada penyesuaian perguruan tinggi, dan kepuasan hubungan menurun secara signifikan dari semester awal ke semester kedua bagi individu yang menjalani hubungan jarak jauh. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa hubungan jarak jauh memiliki tingkat kepuasan hubungan yang jauh lebih rendah dibandingkan dengan hubungan proksimal. Jarak diketahui sebagai faktor umum yang menjadikan hubungan partisipan memburuk hingga berakhir.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Emily A. Waterman, Rose Wesche, Chelom E. Leavitt, Damon E. Jones, and Eva S. Lefkowitz pada 2017 dengan judul *“Long-Distance Dating Relationships, Relationship Dissolution, and College Adjustment”* merupakan penelitian jenis kuantitatif yang menggunakan pendekatan studi longitudinal. Fokus penelitian ini adalah membahas tentang hubungan romantis jarak jauh (*long distance relationship*) pada mahasiswa baru pada perguruan tinggi dimana mereka masih mengalami masa transisi pada kehidupan baru di kampus. Penelitian ini menggali bagaimana hubungan LDR pada mahasiswa memberi dampak mulai keterlibatan dalam kegiatan universitas, lingkup pertemanan, dan konsumsi alkohol hingga memahami bagaimana proses kehancuran (*dissolution*) pada hubungan berpacaran jarak jauh ketika masa penyesuaian mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang menjalani LDR menghadapi lebih banyak kesulitan dalam menyesuaikan

diri dengan kehidupan kampus dibandingkan dengan mahasiswa yang lajang. Mereka diketahui lebih jarang berpartisipasi dalam kegiatan kampus dan lebih merasa kesepian dibanding dengan mahasiswa yang *single* dan yang pacaran berdekatan.

Penelitian ini fokus meneliti hubungan romantis LDR yang dijalani oleh mahasiswa dengan menggunakan *Uncertainty Management Theory* untuk menjelaskan bagaimana hubungan LDR dapat menyebabkan ketegangan antara komitmen kedua individu terhadap hubungannya dan komitmen terhadap kegiatan di kampus masing-masing.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Kenessa Copeland, *University of Nebraska* pada tahun 2021 dengan judul “*Relational Dialectics in College LDRs: Managing the Tensions of Long-Distance Dating in College*” merupakan penelitian jenis kualitatif menggunakan teknik analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Long Distance Dating Relationship* yang dijalani oleh mahasiswa saat masa perkuliahan menciptakan ketidakpastian dan konflik seperti kecemburuan yang akhirnya memengaruhi kesehatan psikologis dan emosional dari masing-masing individu dalam hubungan. Penelitian ini menggunakan *Relational Dialectics Theory* dan *The Dark Side Theory* untuk mengkaji bagaimana mahasiswa mengelola ketegangan dalam hubungan jarak jauh yang sedang mereka jalani.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Decyana Ristiani, Universitas Diponegoro pada tahun 2021 dengan judul “Pemeliharaan Hubungan Berpacaran *Long Distance Relationship* Sampai ke Jenjang Pernikahan: Studi Pengalaman Menjalani Hubungan Berpacaran Dengan Seorang Pelaut Kapal Kargo” merupakan jenis penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologi pengumpulan data menggunakan wawancara. Fokus pada penelitian ini yakni untuk menggali pengalaman individu yang berprofesi sebagai Pelaut dalam memelihara komunikasi interpersonal pada hubungan LDR dan mempertahankannya hingga jenjang pernikahan dengan pasangannya yang merupakan seorang mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam menghindari konflik pada saat berjauhan, pasangan LDR mengelola hubungan melalui aspek *intimate* dan *non intimate* secara bersamaan supaya hubungan terhindar dari konflik merusak hubungan.

5. Penelitian yang dilakukan oleh F R Amelia, *National Dong Hwa University*, pada tahun 202 dengan judul *Long-Distance Romantic Relationships among International Students: “My First Qualitative Research”* merupakan sebuah penelitian kualitatif yang menggunakan wawancara sebagai metode pengumpulan data. Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi tingkat keintiman antara pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh, khususnya dalam konteks mahasiswa internasional. Jurnal ini secara mendalam membahas makna yang membentuk hubungan

antara pasangan yang terpisah geografis dalam hubungan jarak jauh. Fokus utama penelitian ini adalah untuk memahami makna keintiman dalam hubungan LDR mahasiswa internasional, mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keintiman dalam hubungan LDR, dan mempelajari strategi yang digunakan pasangan LDR untuk membangun dan memelihara keintiman hubungan.

1.5.3 Hubungan Berpacaran Jarak Jauh

Berpacaran merupakan salah satu bentuk *romantic relationship* dimana seseorang berkomitmen dan memiliki ekspektasi untuk hubungan pertunangan hingga pernikahan serta biasanya ditandai dengan adanya keterbukaan serta keinginan untuk mengembangkan peran pada pasangannya (Beebe *et al.*, 2014). Individu mulai mengeksplorasi hubungan romantis ketika masa remaja usia 15-17 tahun, dan pada usia 18-20 tahunan mereka mulai untuk menguatkan hubungan romatis yang dijalannya (Couture *et al.*, 2020).

Umumnya, individu menjalin hubungan berpacaran sebagai tahap prapernikahan sebelum menjalin dari hubungan yang lebih serius. Hubungan berpacaran ini menjadi sarana untuk mengembangkan kemampuan yang dibutuhkan untuk menjalin hubungan di masa depan yang meliputi kemampuan untuk mengekspresikan diri, saling timbal balik, memiliki rasa empati terhadap perasaan pasangan, dan memastikan kebahagiaan diri sendiri (Salerno *et al.*, 2015). Menurut Hampton (2004) terdapat dua tipe berpacaran yakni:

1. *Proximal Relationship (PRs)*: Dikenal sebagai pacaran lokal atau pacaran jarak dekat, dimana masing-masing pasangan berada dalam kota atau tempat yang sama.
2. *Long-distance relationship (LDRs)*: Dikenal sebagai pacaran jarak jauh, dimana salah satu pasangannya berada dalam tempat atau kota yang berbeda yang tidak dapat bertemu setiap saat.

Hubungan jarak jauh didefinisikan sebagai hubungan yang komitmennya dijaga oleh dua orang yang terpisah antara satu sama lain secara fisik karena alasan tertentu dan dalam jangka waktu tertentu pula (Kalbfleisch, 2005). Pasangan dikatakan dalam hubungan jarak jauh ketika mereka tinggal berjauhan minimal 50 mil setidaknya dalam kurung waktu tiga bulan karena tuntutan sekolah, pekerjaan, atau hal lainnya, dan tetap menjaga komunikasi dengan pasangannya melalui via telepon, e-email, atau teknologi komunikasi yang lainnya (Kurniati, 2015). Perbedaan jarak fisik ini dapat berupa perbedaa kota atau bahkan negara (Hampton, 2001). Kondisi ini mengakibatkan pasangan menjadi terbatas untuk melakukan kontak fisik, melakukan pertemuan secara langsung, hingga komunikasi (Pistole & Roberts, 2011).

Maka dapat disimpulkan bahwa hubungan jarak jauh atau *long distance relationship* adalah sebuah hubungan romantis yang dijalani oleh pasangan berpacaran ataupun menikah yang terpisah secara geografis dalam jangka waktu tertentu dan tetap berkomitmen untuk menjaga hubungan walaupun komunikasi tatap muka tidak dapat dilakukan secara intensif. Upaya untuk mempertahankan

komunikasi pada pasangan LDR menjadi satu-satunya upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga hubungan supaya tetap intensif sehingga perasaan cinta antara keduanya saling terjaga. Namun, interaksi secara rutin saja tidak dapat dijadikan sebagai penentu dari keberhasilan hubungan berpacaran jarak jauh melainkan harus memiliki kelengkapan tiga komponen pembentuk cinta yaitu keintiman, nafsu, dan komitmen (Stenberg, 2009).

1.5.4 *Triangular Theory Of Love*

Menurut Sternberg (1986), hubungan asmara terdiri dari tiga dimensi atau bentuk utama, diantaranya:

1. Passion

Passion atau gairah seringkali muncul ketika individu memikirkan tentang hal – hal yang berkaitan dengan asmara. Gairah sendiri tidak hanya terbatas pada keinginan kuat dan perasaan seksual semata, gairah juga memungkinkan munculnya ketertarikan spiritual, emosional dan intelektual yang kuat terhadap satu sama lain. Hal ini pula yang memungkinkan keduanya merasakan gejolak maupun hati yang berdebar – debar ketika berkomunikasi satu sama lain. Akan tetapi, gairah bukanlah hal yang bersifat stabil. Gairah yang datang dan pergi dalam diri individu membuatnya tidak mampu menjadi fondasi kuat untuk membangun sebuah hubungan asmara jangka panjang (Wood, 2016: 277 - 278).

2. Commitment

Secara singkat, komitmen dapat diartikan sebagai niat untuk tetap terlibat dalam suatu hubungan. Komitmen sendiri tidak dapat disamakan dengan

cinta, sebab cinta adalah perasaan yang didasarkan pada hubungan timbal balik. Sedangkan, komitmen merupakan keputusan untuk tetap menjaga agar hubungan tetap ada atau berjalan. Lund (1985) mengidentifikasi dua alasan individu berkomitmen dalam hubungan asmara. pertama, adanya rasa nyaman dan menyenangkan, dimana di dalam hubungan asmara kedua pasangan menghargai hubungan, memberikan dukungan emosional, dukungan finansial dan lain sebagainya. Kedua, pasangan menghindari dampak negatif yang mungkin terjadi bila hubungan asmara berakhir, seperti melanggar nilai – nilai agama, ketidaksetujuan pihak keluarga dan masalah finansial (Wood, 2016: 278). Sebuah studi menunjukkan terdapat beberapa perilaku yang menunjukkan bahwa pasangan yang menjalin hubungan asmara berkomitmen satu sama lain, diantaranya:

- a) Mendukung/memotivasi pasangan
- b) Menunjukkan rasa cinta
- c) Memberikan bantuan dan kejutan
- d) Merencanakan masa depan bersama
- e) Bersikap jujur dan setia
- f) Mencari jalan keluar dari permasalahan dalam hubungan (Beebe & Redmond, 2020: 315)

3. *Intimacy*

Acker & Davis (1992) mendefinisikan Intimacy atau keintiman sebagai sebuah kedekatan, keterikatan dan kehangatan. Pada dasarnya, keintiman berkaitan erat dengan gairah karena di dalamnya terdapat individu - individu

yang melibatkan perasaan. Selain itu, keintiman juga kerap kali merujuk pada perasaan cinta dan kasih sayang yang melekat pada pasangan. Hal inilah yang menyebabkan pasangan yang menjalin hubungan asmara menikmati kebersamaan dan merasa nyaman satu sama lain (Wood, 2016: 279).

Masing-masing dari komponen cinta ini saling berkaitan dan tidak bisa dihilangkan salah satunya. Apabila salah satu dari komponen tersebut diabaikan maka akan muncul ketidakseimbangan dalam hubungan. *Triangular Theory of Love* relevan digunakan untuk memahami hubungan LDR karena ketiga komponen tersebut penting meskipun dalam konteks yang berbeda. Pasangan dalam LDR memiliki dan menjaga ketiga komponen ini melalui komunikasi yang efektif, teknologi, dan perencanaan yang hati-hati.

1.5.5 Relational Maintenance Theory

Teori ini didefinisikan oleh sebagai suatu tindakan atau upaya untuk menjaga hubungan baik pertemanan, berpacaran, hingga pernikahan agar tetap stabil (Littlejohn *et al.*, 2016). Menurut Dindia & Canary (1993) terdapat 4 definisi dari pemeliharaan hubungan, pertama, pemeliharaan hubungan mengacu untuk menjaga hubungan yang sudah terjalin untuk mempertahankan eksistensi hubungan. Kedua, bahwa pemeliharaan hubungan digunakan untuk menjaga hubungan dalam keadaan atau kondisi tertentu dan diharapkan dapat menjaga hubungan secara stabil pada tingkat kondisi yang berbeda. Ketiga, pemeliharaan hubungan digunakan untuk memberikan rasa saling memuaskan antara kedua belah pihak. Keempat, menekankan bahwa pemeliharaan hubungan dilakukan untuk

memperbaiki hubungan yang mengalami konflik. Terdapat 5 strategi pada teori pemeliharaan hubungan, yakni:

1. *Positivity*, merupakan sikap membuat interaksi yang menyenangkan, memberikan pujian, optimis, dan tidak mengkritik.
2. *Openess*, adalah berbicara dan mendengarkan satu sama lain.
3. *Assurance*, adalah sikap memberikan kepastian atau jaminan tentang komitmen. Saling berkomitmen untuk menjalin hubungan yang serius dan menjaga kualitas hubungan.
4. *Sharing tasks*, adalah sikap melakukan tugas dan pekerjaan yang relevan dalam hubungan bersama – sama.
5. *Social networks* adalah sikap menghabiskan waktu untuk berkomunikasi dan berkenalan dengan orang sekitar. Social networks yang baik akan memperluas hubungan.

Pemeliharaan hubungan didefinisikan sebagai sekelompok perilaku, tindakan, dan aktivitas yang dilakukan individu untuk mempertahankan tahapan atau keadaan hubungan yang diinginkan (Littlejohn *et al.*, 2016). Sedangkan, Dindia dan Canary mengungkapkan bahwa pemeliharaan hubungan secara keseluruhan dilakukan untuk menjaga fase tertentu dalam hubungan guna mencapai kepuasan (Canary & Yum, 2015). Selain itu, pemeliharaan hubungan juga dilakukan untuk menghindari serta memperbaiki hal-hal yang tidak diinginkan dalam hubungan seperti perpisahan.

1.5.6 Teori Dialektika Relasional

Teori Dialektika Relasional merupakan salah satu bentuk dari pemeliharaan hubungan dimana dalam penelitian ini teori dialektika relasional digunakan untuk melihat ketegangan yang dialami oleh subjek penelitian dan bagaimana strategi dalam menghadapinya. Teori dialektika relasional merupakan teori komunikasi antar pribadi yang dikembangkan oleh Baxter & Montgomery. Dialektika relasional didefinisikan sebagai konsep dari teori komunikasi yang mengartikan bahwa pola komunikasi yang terjadi antara pasangan merupakan akibat dari adanya sebuah ketegangan atau hal yang kontradiktif. Individu yang sedang menjalani sebuah hubungan akan terus merasakan dorongan dan tarikan dari keinginan-keinginan yang bertolak belakang di dalam sebuah hubungan. Ketegangan yang terjadi merupakan bentuk dari kebutuhan-kebutuhan emosional dari para pasangan yang saling bertentangan (West & Turner, 2020).

Pada hal ini, ketegangan yang terjadi dalam hubungan diatasi melalui percakapan yang strategis. Secara keseluruhan, Teori Dialektika Relasional mengkaji interaksi pihak-pihak mengenai ketegangan yang tidak dapat dihindari dalam hubungan serta bagaimana kontradiksi mengenai ketegangan tersebut diatasi. Teori dialektika relational memiliki empat pokok yang merefleksikan argumen mengenai pola hidup berhubungan (West & Turner, 2020)

- a. Hubungan tidak bersifat linear. Poin ini memiliki penjelasan bahwa di dalam setiap hubungan yang sedang terjalin, pastinya akan ada keinginan – keinginan yang bersifat kontradiktif sehingga dapat menimbulkan sebuah permasalahan.

- b. Hidup berhubungan ditandai dengan adanya perubahan. Perubahan memiliki pengertian, bahwa di dalam sebuah hubungan yang sedang terjalin, pastinya akan berbeda dari tahun ke tahun, maju ataupun mundur, sehingga dapat memunculkan sebuah perubahan di dalamnya.
- c. Kontradiksi merupakan fakta mendasar dalam berhubungan. Hubungan tidak akan bisa terhindarkan dari yang namanya sebuah kontradiksi, hal ini disebabkan oleh keinginan dari kedua pasangan yang berbeda – beda.
- d. Komunikasi untuk mengelola dan menegosiasikan kontradiksi dalam suatu hubungan. Jika terjadi sebuah kontradiksi di dalam sebuah hubungan, komunikasi merupakan hal yang dibutuhkan untuk dapat memecahkan nya.

Dalam hubungan interpersonal antara pria dan wanita, teori dialektika relasional ini mengidentifikasikan beberapa hal yang relevan dalam berhubungan yakni:

- Otonomi dan Keterikatan (*integration-separation*). Setiap orang memiliki keinginan yang belum tentu sama dengan orang lain, otonomi dan keterikatan merujuk pada sebuah ketegangan yang lahir dari adanya keinginan yang berbeda yang membuat pelaku hubungan akhirnya berkonflik dan memutuskan untuk menjadi semakin jauh ataupun semakin dekat.
- Keterbukaan dan perlindungan (*expression-nonexpression*). Konsep ini memiliki sedikit persamaan dengan konsep otonomi dan keterikatan hanya saja pada konsep ini kedua orang yang berkonflik bukan lagi memilih untuk

semakin menjauh ataupun mendekat melainkan memilih untuk menyimpan atau menceritakan rahasia antara keduanya.

- Hal yang baru dan hal yang dapat diprediksi (*stability-change*). Konsep ini menjelaskan tentang ketegangan antara kebutuhan akan stabilitas dalam hubungan dan keinginan untuk perubahan atau hal-hal baru. Pasangan mungkin memiliki keinginan yang bertentangan antara menjaga hubungan tetap stabil dan mengembangkan atau mengubahnya (Griffin *et al.*, 2015).

1.6 Operasional Konsep

1.6.1 Pemeliharaan Hubungan

Relational Maintenance Theory berfokus pada strategi dan tindakan yang dilakukan pasangan untuk mempertahankan dan memelihara sebuah hubungan. Dalam penelitian ini, teori pemeliharaan hubungan dirancang untuk mengeksplorasi bagaimana pasangan LDR menggunakan strategi pemeliharaan hubungan untuk mempertahankan komponen-komponen cinta mereka yakni *passion*, *commitment* dan *intimacy* (Sternberg, 1986). *Passion* merujuk pada preferensi individu terhadap pasangannya serta perasaan yang muncul selama menjalani hubungan. Komitmen merujuk pada keputusan pasangan untuk tetap bersama dan menjaga hubungan dalam jangka panjang. *Intimacy* mengacu pada bagaimana pasangan melakukan usaha yang memperkuat kedekatan, keterikatan, dan kehangatan dalam hubungan mereka. Terdapat 5 strategi teori pemeliharaan hubungan yang digunakan dalam penelitian ini, yakni:

- a. *Positivity*: Ditunjukkan melalui intensitas berinteraksi, apresiasi yang diberikan pasangan, serta aktivitas bermedia sosial dengan pasangan.
- b. *Openness*: Dalam hal ini, bagaimana pasangan dapat bersikap terbuka tentang perasaan dan harapan dalam hubungan.
- c. *Assurances*: dilihat dari komitmen dan kepastian masa depan hubungan yang ditunjukkan oleh pasangan.
- d. *Sharing Tasks*: dilihat pada pembagian yang jelas antara tugas dan tanggung jawab dalam hubungan.
- e. *Social Networks*: dilihat pada bagaimana individu melibatkan orang – orang terdekatnya, seperti teman dan keluarga dalam hubungannya.

1.6.2 Dinamika Hubungan

Dalam hubungan berpacaran, konflik merupakan hal umum yang terjadi ketika terdapat ketidaksesuaian antar pasangan dan seringkali pada akhirnya berakhir dengan pertengkaran. Konflik sendiri timbul ketika masing-masing pihak dalam hubungan telah saling bergantung satu sama lain memiliki kebutuhan, kepentingan, maksud dan tujuan yang saling bertentangan (Wood, 2016). Dalam berpacaran jarak jauh, konflik mungkin terjadi karena adanya keinginan yang bertentangan antar pasangan yang dapat mengakibatkan permasalahan atau konflik dalam hubungan mereka. Ketika pasangan berupaya menjaga keseimbangan antara kedua aspek ini, konflik dapat timbul karena adanya ketegangan-ketegangan yang berkelanjutan menjadi impuls-impuls atau keinginan yang kontradiktif. Penelitian ini menggunakan 3 konsep dari teori dialektika relasional, yakni:

1. Otonomi dan Keterikatan: Apakah mereka mampu mencapai keputusan yang netral atau tidak merugikan salah satu pihak karena tidak ingin mengorbankan otonomi pribadi mereka.
 - Bagaimana pasangan LDR merespons konflik yang muncul karena perbedaan pendapat dalam hubungan mereka.
2. Keterbukaan dan Perlindungan: Dalam LDR, keterbukaan dan perlindungan informasi menjadi isu penting karena pasangan tidak dapat saling mengawasi atau mengetahui situasi satu sama lain secara langsung yang pada akhirnya menciptakan ketegangan antara kebutuhan untuk berbagi dan melindungi informasi tertentu.
 - Bagaimana pengelolaan privasi pasangan selama menjalani hubungan LDR
 - Bagaimana pasangan menavigasi antara kejujuran dan ketidakjelasan
3. Hal yang baru dan Hal yang dapat diprediksi: Setiap pasangan mengalami siklus hubungan baik yang bisa diprediksi ataupun tidak.
 - Aspek-aspek apa saja yang berubah selama hubungan terjalin
 - Bagaimana konflik muncul karena kegiatan yang monoton
 - Bagaimana dan apa perubahan aspek dalam hubungan menimbulkan konflik

1.7 Metode Penelitian

1.7.1 Tipe Penelitian

Penelitian dengan judul Disolusi Hubungan Pada Mahasiswa Yang Menjalani Hubungan Berpacaran Jarak Jauh ini merupakan penelitian deskriptif

kualitatif yang berusaha menjelaskan dan menggambarkan fenomena tertentu secara realistik. Penelitian jenis ini bertujuan untuk mendeskripsikan fakta dan fenomena tertentu secara sistematis, faktual, dan akurat (Rukajat, 2018)

Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan fenomenologi. Pendekatan ini dilakukan dengan tujuan mencoba memahami dengan lebih mendalam mengenai suatu pengalaman tertentu pada subjek penelitian. Pendekatan ini juga digunakan untuk menjabarkan bagaimana arti dari sebuah kejadian yang dialami oleh seseorang atau kelompok yang menjadi subjek penelitian (Creswell, 2014). Hubungan dari individu dengan peristiwa tersebut nantinya akan menghasilkan makna tertentu.

1.7.2 Subjek Penelitian

Narasumber pada penelitian ini adalah 5 individu dengan rentang usia 18-24 tahun yang sedang ataupun pernah menjalin *long distance relationship* (LDR) pada masa perkuliahan dengan jangka waktu tertentu (1 tahun atau lebih dari 1 tahun) untuk memperoleh wawasan yang mendalam mengenai dinamika dan tantangan yang dihadapi dalam menjalani hubungan jarak jauh selama periode yang signifikan. Pemilihan sasaran penelitian ini juga dilihat dari kedekatan peneliti dengan subjek (teman dan rekomendasi teman yang telah bersedia untuk diwawancarai) sehingga dapat membangun suasana yang lebih dekat supaya memperoleh data yang lebih mendalam dan spesifik tentang hubungan yang pernah dijalaninya.

1.7.3 Jenis dan Sumber Data

a. Data Primer

Data primer atau data utama dalam penelitian ini merupakan data yang didapatkan langsung melalui sumber utama yakni informan penelitian melalui *interview* secara mendalam sesuai dengan *interview guide*.

b. Data Sekunder

Data sekunder atau data pelengkap merupakan data yang didapatkan selain dari data primer atau interview secara mendalam. Data ini diperoleh dari berbagai macam sumber seperti penelitian terdahulu yang sejenis, buku-buku, hingga sumber internet sebagai literatur.

1.7.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik wawancara mendalam kepada informan atau narasumber penelitian (*indepth interview*). Teknik ini dilakukan sebagai upaya mendapatkan informasi dan pengalaman untuk dijadikan sebagai sumber data utama dalam penelitian. Tahap awal untuk melakukan wawancara secara mendalam ini adalah menyusun pertanyaan-pertanyaan yang dijadikan sebagai panduan (*interview guide*) ketika menggali informasi dan pengalaman dari informan atau narasumber. Selain itu, jenis wawancara yang digunakan adalah wawancara secara tidak terstruktur yang mana nantinya pertanyaan akan diajukan secara terbuka supaya jawaban yang didapatkan nantinya berkembang dan mencakup dengan lebih luas. Tujuan dari wawancara tidak terstruktur ini adalah supaya peneliti dapat lebih fleksibel dalam

menggunakan *interview guide* sehingga dapat lebih mudah untuk memahami fenomena penelitian (Herdiansyah, 2014).

1.7.5 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data fenomenologi dapat melibatkan beberapa tahapan umum untuk memahami dan menggali makna dari pengalaman subjektif individu. Metode fenomenologi, Moustakas (1994) dalam Creswell (2015) menjelaskan bagaimana metode analisis yang terstruktur dan spesifik yang dikembangkan secara khusus, yaitu:

1. Mendeskripsikan pengalaman personal dengan fenomena yang sedang dipelajari tersebut. Peneliti mulai dengan deskripsi utuh tentang pengalamannya dengan fenomena tersebut. Hal ini merupakan usaha untuk menyingkirkan pengalaman pribadi peneliti (yang tidak dapat dilakukan sepenuhnya) sehingga fokus dapat diarahkan pada partisipasinya dalam studi tersebut.
2. Membuat daftar pernyataan penting. Peneliti kemudian menemukan pernyataan (dalam wawancara atau sumber data yang lain) tentang bagaimana individu mengalami topik tersebut, mendaftar pernyataan penting ini (horizontalisasi data) dan menganggap masing-masing pernyataan memiliki nilai yang setara, dan bekerja untuk menyusun daftar pernyataan yang tidak berulang dan tidak tumpang-tindih.
3. Mengambil pernyataan penting tersebut, kemudian mengelompokkannya menjadi unit informasi yang lebih besar, yang disebut “unit makna” atau tema.

4. Menulis deskripsi tentang “apakah” yang dialami oleh partisipan dengan fenomena tersebut. Hal ini disebut “deskripsi tekstural” dari pengalaman tersebut-apa yang terjadi-dan mencakup contoh verbatim.
5. Menulis deskripsi tentang “bagaimana” pengalaman tersebut terjadi. Hal ini disebut “deskripsi tekstural” dan peneliti membahas tentang latar dan konteks dimana fenomena tersebut dialami.
6. Menulis dekripsi gabungan tentang fenomena tersebut dengan memasukkan deskripsi tekstural dan deskripsi struktural. Bagian ini merupakan “esensi” dari pengalaman tersebut dan menampilkan aspek puncak dari studi fenomenologis. Hal ini biasanya berupa paragraph panjang yang menuturkan pada pembaca “apa” yang dialami oleh partisipan dengan fenomena tersebut dan “bagaimana” mereka mengalaminya (yaitu, konteksnya).

1.7.6 Uji Kualitas Data

Dalam kerangka kerja evaluasi kualitatif Lincoln dan Guba mengemukakan empat aspek kualitas data yang dikenal sebagai kriteria kepercayaan dan keandalan yakni *credibility*, *dependability*, *confirmability*, dan *transferability* (Emzir, 2018). Keempat aspek ini digunakan untuk mengevaluasi kualitas data dalam penelitian kualitatif. Berikut adalah penjelasan singkat mengenai keempat aspek tersebut:

1. *Credibility* (Kepercayaan):
 - Merupakan kesesuaian antara temuan penelitian dengan realitas yang diteliti.
 - Peneliti dapat meningkatkan kepercayaan dengan mendengarkan dan memahami perspektif peserta penelitian, menggunakan triangulasi

(menggabungkan metode atau sumber data yang berbeda), dan memeriksa temuan dengan partisipan.

2. *Dependability* (Keandalan):

- Mengacu pada kestabilan dan konsistensi hasil penelitian.
- Untuk meningkatkan keandalan, peneliti perlu mendokumentasikan secara rinci metode penelitian dan langkah-langkah analisis yang digunakan, sehingga penelitian dapat direplikasi atau diperiksa oleh peneliti lain.

3. *Confirmability* (Konfirmabilitas):

- Menunjukkan sejauh mana hasil penelitian dapat dihubungkan kembali ke data yang diperoleh.
- Konfirmabilitas dapat ditingkatkan dengan menjaga objektivitas penelitian, mendokumentasikan secara jelas langkah-langkah analisis, dan menggunakan pendekatan refleksi diri untuk mengidentifikasi dan mengatasi bias.

4. *Transferability* (Transferabilitas):

- Berkaitan dengan sejauh mana temuan penelitian dapat diterapkan atau ditransfer ke konteks atau populasi lain.
- Transferabilitas ditingkatkan dengan memberikan deskripsi yang rinci mengenai karakteristik partisipan, konteks penelitian, dan proses penelitian, sehingga pembaca dapat membuat penilaian terkait relevansi temuan untuk konteks lain.