

PEMAKNAAN PENGALAMAN PEREMPUAN *EMERGING ADULTHOOD* DALAM HUBUNGAN TANPA STATUS

Dzakiyya Adila Rahmawati
15000121130174

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: dzakiyyawork@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena hubungan tanpa status (HTS) semakin banyak ditemui di kalangan generasi muda seiring pergeseran pola relasi pada fase transisi menuju kedewasaan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam bagaimana perempuan *emerging adulthood* memaknai pengalaman menjalani hubungan tanpa status. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis dengan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Partisipan penelitian terdiri dari tiga orang perempuan berusia 18–29 tahun yang sedang menjalani HTS minimal tiga bulan terakhir. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan tahapan analisis IPA. Hasil penelitian menemukan empat tema utama: (1) faktor pemicu HTS yang berakar dari dinamika pergaulan teman sebaya, kehati-hatian akibat luka hubungan masa lalu, serta fokus pada kesiapan dan pengembangan diri; (2) dinamika emosional yang ditandai oleh pertentangan antara rasa nyaman atas perhatian yang diperoleh dengan kecemasan akibat ketiadaan kepastian komitmen; (3) strategi pengelolaan batasan (*boundaries*) melalui pembatasan obrolan serius dan penataan keterbukaan hubungan di lingkungan sosial; serta (4) rekonstruksi makna masa depan yang menempatkan HTS sebagai kompromi sementara sekaligus sarana pembelajaran untuk memperkuat nilai diri (*self-value*). Penelitian ini menegaskan bahwa partisipan menyadari risiko emosional dari HTS dan tidak memandangnya sebagai relasi ideal, melainkan fase transisi sebelum membangun komitmen hubungan yang lebih matang, setara, dan jelas di masa depan.

Kata kunci : *emerging adulthood*, hubungan tanpa status, perempuan.

INTERPRETING THE EXPERIENCES OF WOMEN IN EMERGING ADULTHOOD IN SITUATIONSHIP

Dzakiyya Adila Rahmawati
15000121130174

Faculty of Psychology, Diponegoro University
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275
E-mail: dzakiyyawork@gmail.com

ABSTRACT

The phenomenon of “situationships” is becoming increasingly common among the younger generation as relationship patterns shift during the transition to adulthood. This study aims to gain an in-depth understanding of how women in emerging adulthood interpret their experiences with situationships. This study employs a phenomenological qualitative approach using the Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) method. The study participants consisted of three women aged 18–29 who had been in situationships for at least the past three months. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using the IPA analytical stages. The findings identified four main themes: (1) factors triggering situationships rooted in peer group dynamics, caution stemming from past relationship wounds, and a focus on readiness and self-development; (2) emotional dynamics characterized by a conflict between the comfort derived from receiving attention and anxiety resulting from the lack of commitment certainty; (3) boundary management strategies through limiting serious conversations and managing the openness of the relationship within social circles; and (4) the reconstruction of future meaning, which positions “situationships” as both a temporary compromise and a learning tool to strengthen self-worth. This study confirms that participants are aware of the emotional risks associated with “situationships” and do not view them as ideal relationships, but rather as a transitional phase before establishing a more mature, equal, and clearly defined committed relationship in the future.

Keywords : *emerging adulthood, situationships, women.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Emerging adulthood merupakan fase perkembangan yang berada dalam rentang usia 18-29 tahun dan ditandai sebagai fase transisi antara masa remaja menuju kedewasaan (Arnett, 2015). Pada fase ini, individu mengalami perubahan sosial dan psikologis yang kompleks termasuk eksplorasi identitas, ketidakstabilan, fokus pada diri sendiri, perasaan berada di antara fase remaja dan dewasa serta orientasi terhadap berbagai kemungkinan masa depan (Arnett, 2015). Selain itu, perkembangan pada fase ini juga dipengaruhi oleh perubahan struktur sosial seperti meningkatnya partisipasi pendidikan tinggi, penundaan usia pernikahan serta proses transisi menuju kemandirian ekonomi (Miller, 2011).

Di Indonesia, pergeseran struktur sosial ini terlihat secara nyata pada peningkatan partisipasi pendidikan tinggi dan perkembangan karir pada perempuan yang berimplikasi pada keputusan penundaan usia pernikahan (Iswahyuni, 2025). Data Badan Pusat Statistik (BPS, 2025) mencatat adanya penurunan angka pernikahan di Indonesia sebesar 33,19% yaitu dari 1.968.978 pernikahan pada tahun 2019 menjadi 1.478.302 pada tahun 2025. Sejalan dengan hal tersebut, data Susenas BPS (2024) menunjukkan bahwa dari 64,22 juta jiwa populasi pemuda di Indonesia, sebanyak 69,75% di antaranya belum menikah, angka ini meningkat signifikan dari tahun 2019 yang sebesar 59,17% (Isnaeni, 2025; BPS, 2024).

Fenomena ini mencerminkan hadirnya tren *waithood* di Indonesia, yaitu sebuah periode di mana individu usia muda secara rasional menunda pernikahan guna memfokuskan diri pada pencapaian pendidikan, kemandirian finansial dan pengembangan karir (Salisa, 2026; Ningtias, 2022). Di tengah budaya Indonesia yang secara tradisional mengaitkan kedewasaan dengan pernikahan, fenomena *waithood* menandai pergeseran nilai, di mana pernikahan tidak lagi dipandang sebagai suatu keharusan pada usia tertentu, melainkan sebagai pilihan hidup rasional yang membutuhkan kesiapan multidimensional (Salisa, 2025; Isnaeni, 2025). Kondisi tersebut menjadikan *emerging adulthood* sebagai masa yang penuh pencarian jati diri, termasuk dalam hal preferensi, nilai dan orientasi relational.

Dalam konteks hubungan romantis, individu pada tahap *emerging adulthood* mulai mengeksplorasi bentuk relasi yang sesuai dengan kebutuhan emosional, nilai personal serta gambaran mengenai pasangan ideal dan relasi jangka panjang. Proses ini tidak hanya berkaitan dengan ketertarikan interpersonal tetapi juga konstruksi identitas relasional yang mempengaruhi cara individu memahami kedekatan, komitmen dan afeksi dalam hubungan (Sutanto & Muttaqin, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa masa ini merupakan periode penting untuk pembentukan pola hubungan yang berlanjut ke tahap dewasa (Seiffge-Krenke dkk., 2015). Dengan demikian, eksplorasi hubungan romantis pada *emerging adulthood* memiliki relevansi perkembangan yang tinggi.

Tidak semua hubungan romantis memiliki label atau status yang jelas seperti pacaran. Salah satu bentuk relasi yang banyak muncul adalah hubungan tanpa status (HTS). Hubungan tanpa status (HTS) merupakan bentuk relasi

interpersonal yang ditandai dengan ketidakjelasan komitmen, ambiguitas, dan ketiadaan kesepakatan eksplisit mengenai status relasional. Bentuk relasi ini berada dalam area abu-abu antara persahabatan dan pacaran, di mana terdapat kedekatan emosional, interaksi intens dan praktik relasional menyerupai hubungan romantis namun tanpa deklarasi komitmen (Pushkar & Singh, 2023). Fenomena tersebut merefleksikan preferensi sebagian anak muda terhadap fleksibilitas relasional dan penghindaran tekanan psikologis maupun sosial yang sering diasosiasikan dengan komitmen formal (Daniega dkk., 2024). Maraknya fenomena ini tercermin dari rilis laporan industri digital Tinder (Tinder, 2022), yang mencatat peningkatan sebutan istilah *situationship* (padanan HTS) sebesar 49% pada bio pengguna usia 18-25 tahun, di mana anak muda secara sadar memilih bentuk relasi ini untuk mengeksplorasi keintiman dengan tekanan komitmen yang lebih rendah (*less pressure*).

Eksistensi dan maraknya fenomena HTS tidak hanya terekam dalam laporan platform kencan global, melainkan juga tervalidasi secara masif melalui jejak pencarian digital dan perbincangan media sosial di Indonesia. Data Google Trends wilayah Indonesia (Google Trends, 2026) menunjukkan lonjakan pencarian pada frasa '*arti hts*' sebesar +1.350% yang disertai tingginya volume pencarian pada kata kunci '*hubungan tanpa status adalah*' (skor minat 85; meningkat 180%) serta '*arti komitmen dalam hubungan tanpa status*' (meningkat 250%). Sejalan dengan tren pencarian tersebut, platform media sosial TikTok mencatat akumulasi ratusan juta postingan dengan tagar *#hts* yang menunjukkan betapa masifnya fenomena ini dihidupi dan didiskusikan oleh generasi muda di ruang digital (TikTok, 2026).

Selain temuan digital, pemberitaan media populer juga menunjukkan bahwa fenomena hubungan tanpa status semakin sering muncul dalam diskursus publik dan kehidupan relasional generasi muda. Media menggambarkan HTS sebagai hubungan yang berada di antara pertemanan dan pacaran, ditandai dengan kedekatan emosional namun tanpa pengakuan atau label (InsertLive, 2025; RRI, 2025). Salah satu laporan media menjelaskan bahwa banyak anak muda merasa lebih nyaman dengan konsep HTS, yaitu hubungan yang memiliki kedekatan emosional tetapi tanpa kejelasan komitmen, karena memberikan fleksibilitas dan menghindarkan mereka dari tekanan label formal (Sapos, 2025). Pilihan untuk tidak berkomitmen secara jelas ini juga muncul pada wanita dewasa muda, yang menurut laporan Radar Mojokerto, cenderung memilih HTS dibanding pacaran resmi karena merasa hubungan tanpa status memungkinkan mereka menjalin kedekatan tanpa merasa terikat secara penuh (Radar Mojokerto, 2025). Sejumlah media juga menyoroti isi emosional yang lebih kompleks dari hubungan tanpa status. Artikel Fimela menegaskan bahwa meskipun HTS dapat terasa lebih ringan di awal, hubungan ini sering kali menghadirkan tantangan kejelasan emosional seiring berjalannya waktu (Fimela, 2025). Media lain, seperti RRI Malang, menambahkan pentingnya kemampuan komunikasi dan batasan yang jelas dalam mengelola dinamika HTS (RRI Malang, 2025). Perspektif media dan tren digital ini menegaskan bahwa fenomena HTS memiliki relevansi sosial yang nyata dan terus berkembang dalam pengalaman relasional anak muda di Indonesia.

HTS memiliki karakteristik berupa kedekatan emosional, interaksi intens, keterlibatan afektif dan dinamika interpersonal menyerupai pacaran namun tanpa

kejelasan status atau arah hubungan (Langlais dkk., 2024). Relasi ini berbeda dari hubungan romantis berkomitmen karena tidak memiliki struktur deklaratif, kepastian komitmen ataupun pengakuan sosial sebagai pasangan (Al-Fattah dkk., 2025). Karakteristik tersebut menjadikan HTS sebagai fenomena relasional yang relevan pada *emerging adulthood* terutama karena fase ini dipenuhi dengan eksplorasi identitas relasional dan pencarian kedekatan interpersonal di tengah prioritas pendidikan dan karir.

Ambiguitas dalam hubungan seperti HTS menghadirkan dinamika relasional tersendiri, khususnya bagi perempuan *emerging adult*. Ketidakjelasan relasional dapat memunculkan tantangan dalam memprediksi intensi pasangan dan memaknai arah kedekatan (Knobloch & Solomon, 1999). Bagi perempuan yang sedang berada pada fase *emerging adulthood*, keterlibatan dalam HTS menjadi bermakna karena periode ini merupakan masa penting bagi pembentukan identitas relasional dan pengembangan otonomi diri melalui hubungan interpersonal (Arnett, 2015).

Sejumlah studi mencoba memahami relasi ambigu pada *emerging adulthood*. Langlais dkk. (2025) menemukan bahwa individu menjalani hubungan tanpa status karena adanya fleksibilitas, ketidakpastian identitas relasional atau sebagai bentuk strategi menghindari komitmen. Penelitian oleh Sibley dkk. (2024) menunjukkan bahwa tren seperti “*we’re just talking*” menjadi bagian dari perkembangan relasional yang ditandai dengan konstruksi hubungan tanpa kejelasan yang tetap melibatkan kedekatan emosional. Youmans dkk. (2022) juga menunjukkan bahwa perempuan *emerging adulthood* menghadapi tantangan dalam

menyeimbangkan kebutuhan emosional, relasi romantis dan tuntutan perkembangan seperti karier dan kemandirian finansial.

Penelitian lain seperti Beckmeyer dan Jamison (2021) menunjukkan bahwa relasi dewasa muda terbagi dalam beberapa tipologi yang mencerminkan variasi komitmen, kejelasan dan kualitas hubungan. Sementara itu, studi mengenai relasi non-tradisional menunjukkan variasi dinamika ambiguitas relasional pada *emerging adulthood* (Sandberg-Thoma & Kamp Dush, 2013). Secara khusus, Mikkelsen & Ray (2024) dan Shin dkk. (2022) menyoroti peran ketidakpastian hubungan dalam transisi kehidupan dewasa muda. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa dinamika hubungan ambigu dan ketidakpastian relasional merupakan isu penting dalam literatur hubungan romantis pada *emerging adulthood*.

Dalam penelitian ini, hubungan tanpa status (HTS) dipahami sebagai bentuk relasi interpersonal yang dijalani secara sadar, sukarela, dan berdasarkan kesepakatan implisit antara dua individu dewasa, tanpa melibatkan paksaan, relasi tersembunyi, maupun pelanggaran norma hukum. HTS sebagaimana dimaksud dalam penelitian ini tidak mencakup hubungan dengan pasangan yang telah terikat pernikahan, relasi dengan ketimpangan usia yang signifikan, ataupun relasi yang melibatkan penyalahgunaan kuasa. Penelitian ini memposisikan HTS sebagai fenomena relasional yang muncul dalam konteks eksplorasi hubungan pada *emerging adulthood*, dengan fokus pada pengalaman subjektif perempuan dalam memaknai kedekatan, afeksi, dan ketidakpastian relasional secara etis dan bertanggung jawab.

Meskipun penelitian mengenai relasi ambigu dan ketidakpastian komitmen pada *emerging adulthood* telah berkembang, namun studi yang secara khusus menggali pengalaman perempuan dalam hubungan tanpa status (HTS) masih terbatas di Indonesia. Sebagian besar penelitian terdahulu berasal dari konteks barat yang berfokus pada iklim sosial individualis, sehingga dinamika psikososial partisipannya tidak sepenuhnya sama dengan perempuan di Indonesia yang menghadapi fenomena penundaan usia pernikahan dan perubahan sosial-ekonomi. Selain itu, penelitian yang ada dominan menggunakan pendekatan kuantitatif yang berfokus pada pola perilaku atau motif umum, bukan pada pemaknaan mendalam dari perspektif subjektif perempuan. Dengan demikian, terdapat kebutuhan untuk menelaah *lived experience* perempuan *emerging adulthood* dalam HTS secara lebih mendalam untuk memahami bagaimana mereka memaknai kedekatan, afeksi dan ambiguitas relasional secara utuh.

Penelitian ini memungkinkan peneliti menangkap cara perempuan *emerging adulthood* memberikan makna subjektif terhadap pengalaman relasional mereka. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi teoretis bagi pengayaan literatur psikologi hubungan romantis serta dinamika psikologi perkembangan *emerging adulthood* dalam konteks sosio-kultural di Indonesia. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi para konselor, terapis maupun profesional kesehatan mental dalam memahami dinamika relasional anak muda masa kini.

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang yang telah dijabarkan sebelumnya, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana pemaknaan pengalaman perempuan *emerging adulthood* dalam menjalani hubungan tanpa status?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami pemaknaan pengalaman perempuan *emerging adulthood* dalam menjalani hubungan tanpa status.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian hubungan romantis pada masa *emerging adulthood*. Temuan penelitian dapat memperkaya pemahaman teoritis mengenai bagaimana perempuan pada fase *emerging adulthood* memberikan makna terhadap kedekatan, ambiguitas, dan ketidakpastian dalam hubungan tanpa status (HTS). Dengan menyoroti pengalaman subjektif, penelitian ini berpotensi memperluas kajian mengenai konstruksi identitas relasional, sensitivitas emosional, serta proses negosiasi makna kedekatan dalam relasi yang tidak berkomitmen. Selain itu, penelitian ini dapat mendukung pengembangan kerangka teoritis yang lebih kontekstual mengenai bentuk-bentuk hubungan non-tradisional

pada generasi muda, serta memberikan kontribusi terhadap literatur mengenai dinamika relasional yang muncul seiring perubahan norma sosial dan preferensi komitmen pada masa transisi menuju kedewasaan. Dengan demikian, penelitian ini dapat menjadi rujukan akademik untuk pengembangan teori modern terkait perkembangan *emerging adulthood*, dinamika hubungan ambigu, dan proses pemaknaan pengalaman intim dalam konteks relasional yang tidak terdefinisikan secara formal.

2. Manfaat praktis

a. Bagi partisipan

Penelitian ini dapat menjadi ruang reflektif yang aman bagi perempuan *emerging adulthood* untuk mengekspresikan pengalaman emosional dan relasional terkait hubungan tanpa status. Proses penceritaan pengalaman diharapkan membantu partisipan meningkatkan kesadaran diri mengenai kebutuhan emosional, batas personal, makna kedekatan, serta dinamika ambiguitas yang mereka alami dalam hubungan tanpa status.

b. Bagi pembaca umum

Hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman mengenai kompleksitas hubungan tanpa status dan bagaimana ketidakjelasan relasional dapat mempengaruhi emosi, *sense of self*, dan pola interaksi sosial perempuan pada masa transisi menuju kedewasaan. Dengan pemahaman tersebut, pembaca dapat menjadi lebih peka dalam mengambil keputusan relasional, mengelola ekspektasi, maupun

memberikan dukungan yang empati kepada individu yang mengalami situasi serupa.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat memperluas wawasan mengenai fenomena relasional kontemporer yang muncul seiring perubahan norma sosial dan preferensi komitmen generasi muda. Selain itu, penelitian ini menjadi sarana penguatan keterampilan dalam melakukan eksplorasi makna pengalaman hidup melalui pendekatan fenomenologi serta dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan mengenai hubungan ambigu, perkembangan *emerging adulthood*, maupun perspektif gender dalam relasi interpersonal.

d. Bagi ilmuwan dan akademisi selanjutnya

Penelitian ini dapat membuka ruang kajian baru mengenai hubungan intim non-komitmen dalam konteks sosial Indonesia. Temuan penelitian dapat berkontribusi sebagai acuan awal bagi penyusunan materi pembelajaran, pengembangan diskursus akademik, dan pengayaan literatur yang relevan dengan dinamika relasional modern pada perempuan *emerging adulthood*.

e. Bagi konselor dan psikolog

Penelitian ini dapat membantu praktisi memahami kebutuhan emosional, pola pencarian validasi, serta tantangan psikologis yang mungkin dialami perempuan *emerging adulthood* dalam hubungan tanpa status. Pemahaman tersebut dapat mendukung perancangan

layanan konseling yang lebih sensitif terhadap isu ambiguitas relasional, pengalaman ketidakpastian, serta proses pemaknaan diri dalam konteks hubungan yang tidak terdefinisikan secara formal.