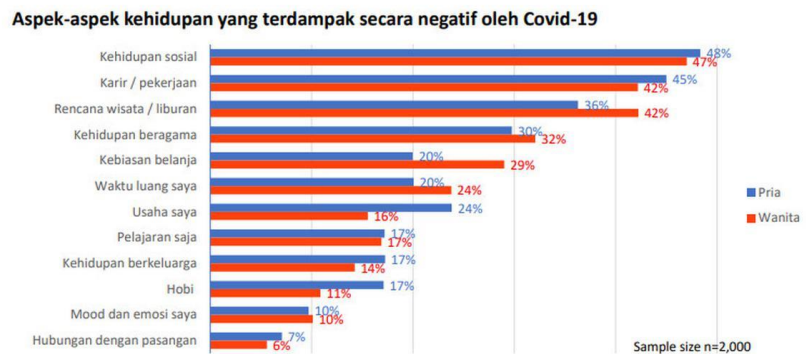


BAB I

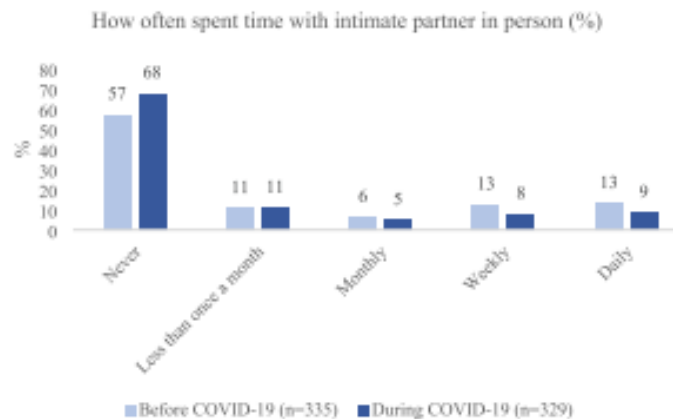
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Munculnya virus Covid-19 sangat mengubah tatanan dunia. Meningkatnya jumlah kasus Covid-19 mengharuskan masyarakat menghadapi berbagai perubahan sosial dalam hal berkomunikasi, cara berpikir dan cara berperilaku yang tentunya perubahan ini banyak didukung oleh teknologi. Disamping itu, Pandemi Covid-19 ini juga memberikan dampak negatif pada aspek kehidupan. Menurut hasil *survey* yang dilakukan oleh *Snapcart* terhadap 2000 laki-laki dan perempuan yang berusia 15-50 tahun yang ada di 8 kota di Indonesia yaitu : Jakarta, Bandung, Semarang, Surabaya, Medan, Palembang, Makassar, dan Manado untuk melihat aspek kehidupan yang terdampak secara negatif oleh Covid-19 dan hasilnya memberitahukan bahwa pandemic virus corona menyumbangkan dampak paling besar yakni 48% terhadap kehidupan sosial masyarakat. Selanjutnya adalah pada karir serta perubahan rencana perjalanan atau liburan karena adanya pandemi virus corona covid-19 serta berdampak pula pada hubungan dengan pasangan sebesar 6%.



Berdasarkan data diatas kita bisa melihat bahwa Pandemic Covid-19 membawa dampak negatif pada hubungan. Selain itu,dengan adanya berbagai kebijakan yang membatasi mobilitas masyarakat di masa pandemi seperti PSBB yang diterapkan tahun lalu dan PPKM saat ini tentunya menyebabkan pasangan yang terlibat dalam sebuah hubungan romantis menjadi terpisah secara fisik sehingga frekuensi untuk menghabiskan waktu bersama pasangan secara langsung juga semakin menurun.



Sumber : <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-11818-1/figures/1>

Menurut *survey* yang dilakukan kepada 351 pemuda di Fresno Country,California pada Juni 2020 tentang perbandingan frekuensi dalam menghabiskan waktu bersama secara langsung ketika terlibat hubungan romantis sebelum dan sesudah pandemi menunjukkan bahwa sebelum pandemi Covid-19 responden tidak pernah hadir dan menghabiskan waktu bersama secara langsung sebelum Covid-19 dengan persentase sebesar 57% dan sesudah pandemi Covid-19 meningkat menjadi 68%. Data tersebut menunjukkan bahwa banyaknya responden menjadi tidak pernah menghabiskan waktu secara langsung saat pandemi daripada sebelum pandemi. Tidak hanya itu, beberapa responden juga berpendapat bahwa dengan terpisah secara fisik dari pasangan membawa efek negatif pada hubungan,yang memicu lebih banyak argument yang dikeluarkan oleh masing-masing pasangan. (<https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-11818-1>)

Hubungan romantis jarak jauh ini kerap dijumpai pada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat pertama. Hal ini dibuktikan melalui *College Sexual Health Survey* di tahun 2020 pada 2075 responden yakni siswa yang terlibat dalam hubungan romantis menunjukkan laporan status hubungan romantis mereka bahwa secara keseluruhan terdapat 34,2% siswa yang terlibat hubungan romantis berada di situasi LDR dan ini lebih umum untuk siswa di tahun pertama. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34591746/>).

Berdasarkan studi yang membandingkan hubungan romantis jarak jauh pada mahasiswa yang terlibat hubungan jarak jauh sebanyak 80 responden dan yang tidak terlibat dalam hubungan jarak jauh sebanyak 82 responden membuktikan bahwa responden yang terlibat dalam hubungan jarak jauh menjelaskan bahwa adanya pengungkapan diri yang kurang deskriptif dengan pasangan mereka sehingga mereka kurang yakin terhadap hubungan mereka yang akan bertahan. Dimana LDR tidak lebih mungkin untuk berakhir dalam periode 3 bulan dibandingkan dengan nonLDR. (<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1475-6811.1997.tb00128.x>)

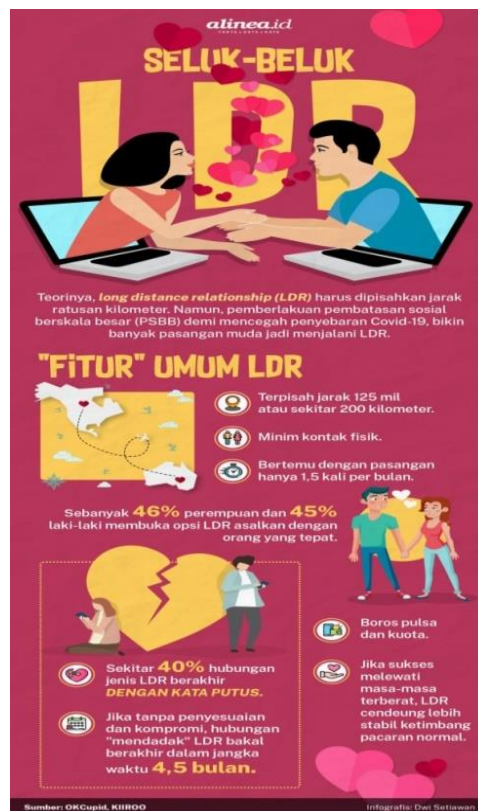
Berdasarkan data diatas dalam hubungan jarak jauh, sangat penting untuk mengelola hubungan interpersonal agar hubungan tersebut dapat bertahan. Untuk menjaga dan memantapkan suatu hubungan, terutama dalam hubungan jarak jauh yang tidak bisa berjumpa secara langsung maka pentingnya untuk melakukan pengungkapan diri kepada pasangan. *Self disclosure* ini dianggap sebagai pondasi utama sebuah hubungan. Namun dimasa pandemi ini, pengungkapan diri dilakukan secara online.

Lee, Gillat, dan Miller (2019) percaya bahwa pengungkapan online memiliki karakteristik yang berbeda, sehingga dampaknya terhadap hubungan interpersonal mungkin juga berbeda dikarenakan adanya keberadaan platform jejaring sosial online seperti Facebook, Twitter, dan Instagram yang memberikan dasar untuk pengungkapan online dan mendorong pertumbuhannya. Pertumbuhan ini menggambarkan luasnya — jumlah informasi, waktu yang digunakan dalam komunikasi sehingga ada beberapa informasi yang sifatnya lebih pribadi dapat disampaikan.

Dengan melakukan keterbukaan diri ini, maka seseorang biasanya akan berani untuk mengutarakan sesuatu hal yang sifatnya lebih pribadi dengan pasangannya. Selain itu, *self disclosure* ini penting dilakukan terutama dimasa pandemi ini karena dengan adanya keterbukaan diri maka hubungan yang terbentuk di antara individu yang satu dengan yang lainnya akan menjadi lebih intim walaupun terpisah oleh jarak, mereka mampu untuk saling mengenal pribadi

satu sama lain dan mengetahui perasaan masing-masing pasangannya. Sebaliknya apabila seseorang memiliki *self disclosure* yang rendah maka ia akan kesulitan dalam mengutarakan perasaannya dengan pasangannya sehingga akan terjadi kesalahpahaman yang berujung pada kerenggangan dan bisa berakibat pada berakhirnya hubungan romantis jarak jauh tersebut.

Berakhirnya hubungan romantis jarak jauh kerap dijumpai dimasa pandemi ini. Hal tersebut diperkuat dengan adanya data yang bersumber dari OKCupid dalam Alinea.id yang menjelaskan bahwa saat ini pasangan LDR harus terpisah ratusan kilometer, terutama setelah diberlakukannya PSBB atau PPKM demi mencegah penyebaran Covid-19 mengakibatkan banyak pasangan harus rela menjalani hubungan jarak jauh. Dengan persentase sebesar 40% hubungan jarak jauh ini tidak bertahan dan pada akhirnya bubar atau putus. Jika tidak ada adaptasi dan kompromi, hubungan yang mendadak mengalami LDR ini akan berakhir dalam waktu 4,5 bulan. Selain dipisahkan oleh jarak jauh, pasangan jarak jauh ini tidak dapat menjalin kontak fisik satu sama lain, sehingga tidak ada kontak fisik dan tidak ada pertemuan yang terjadi, yaitu hanya 1,5 kali sebulan antara dua pasangan. (<https://www.alinea.id/gaya-hidup/drama-corona-yang-putus-dan-yang-langgeng-di-era-pandemi-b1ZNj9u7a>)



Bukti selanjutnya diperkuat dengan adanya *survey* yang dilakukan dari tanggal 1 Mei hingga 5 Mei 2020 kepada 3500 pemuda Tionghoa untuk melihat dampak pandemi COVID-19 pada hubungan pasangan dan kesehatan seksual dan reproduksi menemukan bahwa dari 967 peserta yang terlibat melaporkan adanya penurunan hubungan dengan pasangan selama pandemi yakni sebesar 31% dengan jumlah responden sebanyak 292 orang.(<https://www.semanticscholar.org/paper/Impact-of-the-COVID-19-Pandemic-on-Partner-and-and-Li-Tang/75ee81d6bec7d5618451711b5d59a9f1e861fccc>)

Selain data diatas,berdasarkan wawancara yang saya lakukan kepada 7 mahasiswa jurusan Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro angkatan 2018 mengungkapkan bahwa sebagian dari mereka merasakan munculnya masalah saat pandemi ini seperti munculnya stress karena kuliah online dan belum terbiasa dengan banyak tugas yang diberikan, stress karena kurang bersosialisasi dengan teman dan keluarga,kecemasan,*quarter life crisis*, hingga urusan yang memungkinkan kontak dengan orang lain kadang malah menjadi salah paham (kendala online). Dikarenakan berbagai masalah yang muncul diatas,maka hal diatas tentunya berdampak pada hubungan yang mereka jalani dimana dengan adanya masalah diatas memicu munculnya masalah lain serta menghadapi berbagai kesulitan dalam hubungan romantis jarak jauh seperti: komunikasi menjadi minim dengan pasangan dikarenakan masing-masing memiliki kesibukan sehingga waktu untuk berkomunikasipun sedikit dan tidak bertemu waktu yang tepat untuk saling mengabari satu sama lain.Selain itu kurangnya komunikasi ini menimbulkan selisih paham antar pasangan.

Disamping itu,sebagian dari mereka mengungkapkan bahwa mereka mengalami kesulitan apabila pasangan mereka tidak berada disamping mereka. Hal ini dikarenakan dengan adanya masalah seperti stress karena tugas kuliah dan berbagai masalah yang muncul akibat pandemi ini membuat pasangan menjadi tidak berada langsung didekatnya. Tidak hanya itu,ketujuh mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro angkatan 2018 ini juga menjelaskan bahwa mereka juga mengalami masalah keterbukaan seperti tidak terbuka mengenai perasaan yang dialami,mengenai teman lawan jenis,lingkungannya,dan ada juga yang merasa terlalu terbuka dan berlebihan dalam berbagi cerita sehingga membuat dirinya takut untuk bercerita lebih dikarenakan kekhawatiran dirinya terhadap kejenuhan yang dirasakan oleh pasangan saat dia

melakukan keterbukaan yang berlebihan sehingga hal ini berpengaruh pada rasa percaya mereka terhadap pasangan untuk lebih terbuka.

Dari beberapa data wawancara diatas menunjukkan bahwa masalah yang muncul saat pandemi seperti stress semakin diperkeruh dengan minimnya komunikasi yang dilakukan oleh pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh, ditambah dengan ketidakhadiran pasangan secara langsung ketika ada masalah membuat pasangan menjadi kesulitan dan tidak mendapat perhatian yang lebih. Adapun bentuk penerimaan perhatian, afeksi, dan ekspresi cinta dari masing-masing pasangan ketika menjalani hubungan jarak jauh ini memiliki kaitan dengan kemampuan seseorang pasangannya dalam melakukan penilaian baik negatif maupun positif terhadap dirinya.

Kemampuan seseorang dalam melakukan penilaian terhadap dirinya ini disebut dengan *self esteem*. Pandemi covid-19 ini menyebabkan mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan sistem belajar baru dan kemudian berdampak terhadap munculnya masalah kesehatan mental seperti stres dan kecemasan pada mahasiswa. Menurut penelitian yang dilakukan oleh NurCita dan Susantianingsih mengenai dampak pembelajaran jarak jauh terhadap tingkat kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran UPN Veteran Jakarta mengungkapkan sekitar 88% mahasiswa mengalami kecemasan berat dan 12% mahasiswa mengalami kecemasan sedang. Selain itu, Putri dkk. yang melakukan penelitian mengenai hubungan pembelajaran jarak jauh dengan tingkat stres pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta menemukan bahwa 250 dari 262 mahasiswa yang melaksanakan PJJ lebih dari 12 kali mengalami tingkat stress yang tinggi. (<https://kabarkampus.com/2021/01/stres-dan-cemas-ancaman-kesehatan-mental-mahasiswa-selama-pandemi/>)

Adanya berbagai permasalahan diatas menuntut mahasiswa untuk mampu bertahan dan menemukan solusi yang tepat dalam mengatasi permasalahannya tersebut. Hal tersebut akan menunjukkan bahwa seseorang memiliki *self esteem* yang tinggi. Begitu juga halnya ketika seseorang menjalani hubungan dengan pasangannya. Munculnya berbagai permasalahan yang dialami saat pandemi ini tentunya membutuhkan seorang pasangan agar dapat berada secara langsung didekatnya dan memberikan perhatian lebih secara langsung terhadap dirinya. Namun dengan adanya pandemi ini membuat pasangan menjadi ada jarak dan tidak dapat bertemu secara langsung. Hal ini kian memicu adanya masalah pengungkapan diri terhadap perasaan yang dirasakan oleh pasangannya sehingga pasangan tersebut kurang terbuka tentang

permasalahannya. Pasangan dengan *self esteem* rendah tentunya akan kesulitan dalam mengungkapkan dirinya kepada pasangannya.

Selain permasalahan diatas,di masa pandemi ini banyak pasangan jarak jauh yang mengalami krisis kepercayaan sehingga tidak mau untuk lebih terbuka dengan pasangannya. Ketidakpercayaan pasangan untuk menceritakan masalahnya kepada pasangannya dikarenakan rendahnya kepercayaan yang dimiliki masing-masing pasangan. Tentunya dengan ketidakpercayaan terhadap pasangan tersebut membuat pasangannya enggan untuk menceritakan semua permasalahannya. Selain itu,rendahnya kepercayaan yang dimiliki pasangan jarak jauh tentunya membuat rendahnya keterbukaan diri masing-masing pasangan. Keterbukaan (*openess*) adalah salah satu aspek dari kepercayaan dimana seorang pasangan dapat saling terbuka untuk berbagi informasi, ide-ide, pemikiran, perasaan, dan respon atas masalah yang sedang dihadapi oleh pasangannya. Apabila seorang pasangan tidak saling terbuka dengan pasangannya maka hal ini akan menimbulkan perselisihan.

Berdasarkan paparan diatas menunjukkan bahwa *self disclosure* yang tinggi ditandai dengan adanya *self esteem* dan *trust* yang tinggi dari masing-masing pasangan jarak jauh. Sebaliknya apabila *self disclosure* rendah maka *self esteem* dan *trust* yang dimiliki pasangan juga menjadi rendah. Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka topik yang akan diangkat oleh penulis adalah tentang **Pengaruh *Self esteem* dan *Trust* terhadap *Self disclosure* yang dilakukan oleh Pasangan Jarak Jauh dalam Mempertahankan Hubungan Jarak Jauh di Era Pandemi Covid-19.**

1.2 Rumusan Masalah

Berbagai kebijakan pembatasan mobilitas masyarakat tentunya sangat berdampak pada hubungan romantis jarak jauh. Perbedaan situasi tergambar jelas sebelum dan ketika terjadinya pandemi. Dimana menurut *survey* yang dilakukan kepada 351 pemuda di Fresno Country,California pada Juni 2020 tentang perbandingan frekuensi dalam menghabiskan waktu bersama secara langsung ketika terlibat hubungan romantis sebelum dan sesudah pandemi menunjukkan bahwa sebelum pandemi Covid-19 responden tidak pernah menghabiskan waktu bersama secara langsung sebelum Covid-19 dengan persentase sebesar 57% dan sesudah pandemi Covid-19 meningkat menjadi 68%. Data tersebut menunjukkan bahwa banyaknya

responden menjadi tidak pernah menghabiskan waktu secara langsung saat pandemi daripada sebelum pandemi. Tidak hanya itu, beberapa responden juga berpendapat bahwa dengan terpisah secara fisik dari pasangan memiliki efek negatif pada hubungan, yang memicu lebih banyak argument yang dikeluarkan oleh masing-masing pasangan. (<https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-021-11818-1>)

Hubungan romantis jarak jauh ini kerap dijumpai pada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat pertama. Hal ini dibuktikan melalui *College Sexual Health Survey* di tahun 2020 pada 2075 responden yakni siswa yang terlibat dalam hubungan romantis menunjukkan laporan status hubungan romantis mereka bahwa secara keseluruhan terdapat 34,2% siswa yang terlibat hubungan romantis berada di situasi LDR dan ini lebih umum untuk siswa di tahun pertama. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34591746/>)

Pandemi Covid-19 ini juga telah mengubah setiap aspek kehidupan mahasiswa dimana membawa dampak negatif terhadap hubungan. Selain itu, ada banyak permasalahan yang muncul di masa pandemi ini seperti stress dan juga kecemasan. Berdasarkan penelitian Husky dkk. menunjukkan bahwa 61,6% mahasiswa mengalami stres sedang hingga berat. Selain itu menurut penelitian yang dilakukan oleh Son dan kawan-kawan di Amerika Serikat juga menemukan bahwa sebanyak 71% mahasiswa merasakan peningkatan stres dan kecemasan selama pandemi Covid-19.

Permasalahan diatas tentunya berdampak pada hubungan jarak jauh yang dijalin di masa pandemi ini , dimana menurut *survey* yang dilakukan dari tanggal 1 Mei hingga 5 Mei 2020 kepada 3500 pemuda Tionghoa untuk melihat dampak pandemi COVID-19 pada hubungan pasangan dan kesehatan seksual dan reproduksi menemukan bahwa dari 967 peserta yang terlibat melaporkan adanya penurunan hubungan dengan pasangan selama pandemi yakni sebesar 31% dengan jumlah responden sebanyak 292 orang. (<https://www.semanticscholar.org/paper/Impactof-the-COVID-19-Pandemic-on-Partner-and-and-Li-Tang/75ee81d6bec7d5618451711b5d59a9f1e861fc>)

Dengan berbagai permasalahan yang dihadapi para pasangan hubungan jarak jauh (LDR) dimasa pandemi ini , diperlukan keterampilan dalam berkomunikasi dari masing-masing

pasangan untuk mempertahankan hubungan dimasa pandemi ini. Selain itu, permasalahan diatas menuntut mahasiswa untuk mencari solusi yang tepat dalam mengatasi permasalahannya tersebut. Hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang memiliki *self esteem* yang tinggi. Munculnya berbagai permasalahan yang dialami saat pandemi ini tentunya membutuhkan seorang pasangan agar dapat berada secara langsung didekat nya dan memberikan perhatian lebih secara langsung terhadap dirinya. Namun dengan adanya pandemi ini membuat pasangan menjadi berjarak dan tidak dapat bertemu secara langsung. Hal ini kian memicu adanya masalah pengungkapan diri terhadap perasaan yang dirasakan oleh pasangannya sehingga pasangan tersebut kurang terbuka tentang permasalahannya. Pasangan dengan *self esteem* rendah tentunya akan kesulitan dalam mengungkapkan dirinya kepada pasangannya.

Selain permasalahan diatas, di masa pandemi ini banyak pasangan jarak jauh yang mengalami penurunan rasa kepercayaan sehingga tidak mau untuk lebih terbuka kepada pasangannya. Ketidakpercayaan pasangan untuk menceritakan masalahnya kepada pasangannya dikarenakan rendahnya kepercayaan yang dimiliki masing-masing pasangan. Tentunya dengan ketidakpercayaan terhadap pasangan tersebut membuat pasangannya enggan untuk menceritakan semua permasalahannya. Selain itu, rendahnya kepercayaan yang dimiliki pasangan jarak jauh tentunya membuat rendahnya keterbukaan diri masing-masing pasangan. Keterbukaan (*openess*) adalah salah satu aspek dari kepercayaan dimana seorang pasangan dapat saling terbuka untuk berbagi informasi, ide-ide, pemikiran, perasaan, dan respon atas masalah yang sedang dihadapi oleh pasangannya. Apabila seorang pasangan tidak saling terbuka dengan pasangannya maka hal inilah yang akan membuat perselisihan.

Berdasarkan uraian diatas kita dapat melihat bahwa pasangan dengan tingkat keterbukaan tinggi ditandai dengan adanya *self esteem* dan *trust* yang tinggi dari masing-masing pasangan. Sebaliknya apabila pasangan dengan tingkat keterbukaannya yang rendah, maka *self esteem* dan *trust* yang dimiliki pasangan juga menjadi rendah. Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, maka diperoleh rumusan masalah yakni **“Apakah terdapat Pengaruh *Self esteem* dan *Trust* terhadap *Self disclosure* yang dilakukan oleh Pasangan Jarak Jauh dalam Mempertahankan Hubungan Jarak Jauh di Era Pandemi Covid-19”**

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *self esteem* dan *trust* terhadap *self disclosure* yang dilakukan oleh pasangan jarak jauh dalam mempertahankan hubungan jarak jauh di era pandemi covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritik

Temuan penelitian ini mampu mengelaborasi Teori Kebutuhan Antarpribadi (Interpersonal Needs Theory) dan Teori Communication Privacy Management (CPM) dalam mengkaji pengaruh *self esteem* dan *trust* terhadap *self disclosure* yang dilakukan oleh pasangan jarak jauh dalam mempertahankan hubungan jarak jauh di era pandemi Covid-19, sehingga penelitian ini dapat menyumbangkan manfaat dan dapat berkontribusi di masa yang akan datang. Selain itu, teori yang digunakan dalam penelitian ini juga terbukti dan sejalan dengan temuan hasil penelitian.

1.4.2 Manfaat Praktis

Temuan penelitian ini dapat memberi masukan kepada pasangan yang sedang menjalani hubungan jarak jauh di masa pandemi sehingga dapat mempertahankan hubungannya.

1.4.3 Manfaat Sosial

Temuan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk keperluan riset , konsultan pernikahan ataupun bagi psikolog yang menangani hubungan dengan pasangan sehingga dapat memberikan solusi dan pemahaman bagi pasangan yang sedang mengalami masalah dalam hubungan terkait *self esteem* , *trust* , dan juga *self disclosure* dalam mempertahankan hubungan romantis jarak jauh.

1.5 Kerangka Teori

1.5.1 Paradigma Penelitian

Penelitian ini menggunakan paradigma positivistik yang memandang bahwa sebuah realitas atau fenomena dapat diklasifikasikan dan bersifat kausal yaitu memiliki hubungan sebab-akibat. (Sugiyono,2015:42)

1.5.2 State Of The Art

No.	Judul/Penulis/ Tahun	Teori	Metodologi	Hasil Penelitian
1.	<p data-bbox="264 562 537 653"><i>Self-Esteem and Identities</i></p> <p data-bbox="264 730 537 821">Stets, J., & Burke, P. (2014)</p>	<p data-bbox="557 562 1011 1528">Teori Identitas dari William James (1890) yang menunjukkan bahwa <i>self esteem</i> adalah hasil yang tergantung pada hubungan antara keberhasilan seseorang relatif terhadap pretensi seseorang. Jika pretensi atau aspirasi lebih besar dari kesuksesan seseorang, harga diri akan rendah. Bahkan jika kesuksesan seseorang banyak, harga diri rendah akan tetap muncul jika aspirasinya lebih besar. Demikian pula, keberhasilan dapat menyebabkan harga diri yang tinggi ketika aspirasi seseorang bahkan lebih rendah.</p>	<p data-bbox="1084 562 1182 594">Survey</p>	<p data-bbox="1255 562 1586 2074">Mendukung adanya pengukuran dan validitas ketiga dimensi ini serta peran verifikasi identitas dalam melihat hasil dari self-esteem ini. Selain itu, membuktikan identitas orang dengan bertindak yakni dengan cara mengungkapkan diri secara unik menghasilkan perasaan keaslian atau orisinal, tetapi mengungkapkan karakteristik pribadi ini mungkin bisa saja tidak dihargai oleh anggota kelompok tempat seseorang berasal. Dengan demikian, walaupun mungkin ada hubungan positif untuk beberapa individu yang identitas pribadinya dapat diverifikasi, mungkin ada hubungan negatif untuk individu lain yang</p>

				identitas pribadinya tidak diterima. Campuran efek positif dan negatif seperti itu tidak akan mengungkapkan hubungan sebab akibat dari keaslian/ <i>authenticity</i> hingga harga diri/ <i>self-worth</i> .
2.	<p><i>Attached and Apart: Attachment Styles and Self-Disclosure in Long-Distance Romantic Relationship</i></p> <p>Hammonds JR, Ribarsky E, Soares G (2020)</p>	<p>Attachment Theory and Disclosure dalam LDR. Peneliti <i>Attachment Theory</i> berpendapat bahwa orang dewasa dapat dibagi ke dalam kategori gaya keterikatan menurut cara mereka dalam membentuk hubungan sebagai seorang anak dan berinteraksi dengan pengasuh utama mereka (Hazan & Shaver, 1987; Main & Solomon, 1986). Cara orang dewasa membentuk hubungan intim sering kali meniru interaksi yang mereka lakukan dengan pengasuh mereka saat bayi (Monteoliva, Migeua, Garcia-Martinez, & Calvo-</p>	Survey	<p>Temuan dari berbagai model dalam hubungan antara hubungan antara <i>attachment</i> , <i>self-disclosure</i> , <i>trust</i>, <i>relational uncertainty</i>, dan <i>relational satisfaction</i> memberikan wawasan yang signifikan ke dalam efek <i>attachment style</i> yang mungkin tidak hanya pada <i>self-disclosure</i> tetapi juga <i>uncertainty</i>, <i>trust</i> dan <i>relational satisfaction</i> dalam LDRR. Tidak mengherankan, individu</p>

		Salgero, 2016). Namun, gaya keterikatan ini mungkin dipengaruhi oleh mentor atau bahkan dipengaruhi oleh hubungan intim sebagai orang dewasa (Caltabiano & Thorpe, 2007).		yang terikat dengan aman melaporkan tingkat pengungkapan yang lebih tinggi, yang pada gilirannya memiliki efek mediasi pada penurunan tingkat ketidakpastian dan peningkatan tingkat kepercayaan dan kepuasan
3.	<i>Effects of self- and partner's online disclosure on relationship intimacy and satisfaction</i> Lee J, Gillath O, Miller A (2019)	Teori Model Proses Interpersonal . Dimana Teori Model Proses Interpersonal adalah model yang menggabungkan pengungkap dan partner ke tingkat yang lebih besar daripada person-situation interactional model.	Metode yang membandingkan lima studi dan menggunakan bilangan prima yang meniru timelines dan pesan Facebook, dimana peneliti membandingkan efek kedalaman pengungkapan pada keintiman dan kepuasan dalam konteks online vs.	Pengungkapan yang lebih besar dikaitkan dengan keintiman dan kepuasan relasional yang lebih tinggi ketika dilakukan secara offline (Studi 1 dan 4), dan keintiman dan kepuasan yang lebih rendah ketika dilakukan secara online (Studi 1–4), baik pada pengungkap (Studi 1) dan nya atau pasangannya (Studi 2–4). Berfokus pada konten pengungkapan secara online pada pasangan/hubungan akan menghilangkan efek negatifnya (Studi 5).

			offline, dalam hubungan romantis vs. teman, dan dengan konten yang berbeda (diri vs. fokus pada pasangan).	Dalam lima penelitian diatas menunjukkan bahwa pengungkapan online berpotensi menghambat hubungan—baik pengembangan maupun pemeliharannya.
4.	<i>Self-disclosure and self-efficacy in online dating</i> Espana, A. C. (2012)	Teori Computer-Mediated Communication. Komunikasi yang dimediasi komputer memungkinkan hubungan untuk menghasilkan dan juga berfungsi sebagai platform di mana hubungan difasilitasi. Dua jenis hubungan yang dapat difasilitasi oleh komunikasi yang dimediasi komputer adalah persahabatan sederhana dan hubungan romantis	Metode pengambilan sampel sukarelawan non-probabilitas (non-probability volunteer sampling method).	Terdapat hubungan positif antara efikasi diri dan harga diri yang cukup kuat. Dimana jika tingkat efikasi diri seseorang dalam kencan online meningkat karena terlibat dalam hubungan romantis online, maka tingkat harga dirinya juga akan meningkat. Sebaliknya, jika tingkat efikasi diri kencan online (menemukan pasangan romantis secara online) menurun, tingkat harga diri juga akan menurun
5.	<i>Attachment, self-disclosure, gossip,</i>	Attachment Theory yang bertujuan untuk mengkaji	Menggunakan metode	Hasilnya menunjukkan bahwa keterikatan,

	<p><i>and idealization in geographically close and long distance romantic relationships</i></p> <p>Lee, J. (2011)</p>	<p>bagaimana proses interpersonal hubungan romantis, keterbukaan diri, gosip, dan idealisasi dikaitkan dengan kepuasan hubungan.</p>	<p>penelitian online survey.</p>	<p>pengungkapan diri, gosip, dan idealisasi relevan dengan kepuasan hubungan romantis. Baik keterikatan dan pengungkapan diri dikaitkan dengan idealisasi, yang dikaitkan dengan kepuasan hubungan.</p>
--	---	--	----------------------------------	---

Adapun *novelty* penelitian ini jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian ini menelaah variabel yang berbeda yakni : *self esteem, trust, dan self disclosure* yang dilakukan Pasangan Jarak Jauh dalam mempertahankan hubungan Jarak Jauh di era Pandemi Covid-19 dengan menggunakan Teori Kebutuhan Antarpribadi (*Interpersonal Needs Theory*) dan Teori *Communication Privacy Management (CPM)* dan menggunakan data primer yang didapatkan dari sumber datanya secara langsung. Data primer ini selanjutnya adalah hasil dari pengisian kuesioner yang dilakukan sendiri oleh responden.

1.5.3 Self Esteem

Menurut Rosenberg dalam (Stets dan Burke , 2014) *self esteem* adalah suatu bentuk penilaian yang dilakukan individu dengan melihat sikap baik negatif maupun positif yang ada dalam dirinya.

Menurut Lerner dan Spanier dalam (Ghufron dan Risnawita , 2012) *self esteem* adalah ukuran penilaian baik yang positif ataupun negatif yang dikaitkan dengan konsep diri seseorang. *Self esteem* merupakan sebuah evaluasi diri yang dilakukan seseorang terhadap dirinya dan menunjukkan sejauh mana dirinya memiliki rasa percaya diri dan mampu berhasil serta berguna yang didasarkan pada hubungannya dengan orang lain.

Menurut Rakhmawati (2019), seseorang dengan harga diri yang tinggi akan menjadikan hidup seseorang lebih bahagia dibanding dengan orang dengan tingkat penghargaan diri rendah. Seseorang yang memiliki *self esteem* tinggi biasanya cenderung tidak memiliki resiko akan depresi/stress dan memiliki kemauan untuk mengenali dan mengontrol emosi yang dimilikinya. Sedangkan individu dengan harga diri rendah lebih mengacu pada diri seseorang yang memiliki gambaran dan emosi yang negatif saat memandang situasi ataupun menghadapi sebuah persoalan. Selain itu ia akan kerap berprasangka dan berbicara dengan mengeluarkan pesan-pesan negatif.

Dari beberapa definisi diatas maka *self esteem* adalah penilaian secara positif ataupun negatif yang dilakukan pasangan terhadap dirinya yang akan mempengaruhi tingkah laku, sikap dan emosi seorang pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh.

1.5.4 Trust

Menurut Morrow dalam (Winayanti & Widiyasavetri, 2015) *trust* merupakan perasaan nyaman dalam berbagi dan mengungkapkan perasaan, emosi dan tanggapan, serta kepastian bahwa pasangan akan menghargai kita dan tidak berusaha mengambil manfaat dari apa yang kita bagikan dengan mereka.

Menurut Rempel dalam (Ponzetti, 2003) *trust* mengacu pada derajat kepercayaan kita terhadap orang lain bahwa ia akan berperilaku seperti yang kita inginkan dan tentu saja memenuhi semua harapan kita.

Hasbullah dalam (Suaib, 2017) menyatakan bahwa rasa percaya (*trust*) merupakan kesediaan untuk menerima risiko dalam sebuah hubungan sosial dengan didasarkan oleh rasa percaya bahwa orang lain akan mengerjakan sesuatu seperti yang kita inginkan dan bersikap dalam pola yang saling yang selalu konsisten dan berkesinambungan.

Dapat disimpulkan bahwa *trust* adalah sebuah bentuk perasaan nyaman terhadap pasangan yang membuat diri mereka dapat berbagi dan meluapkan perasaan, emosi serta adanya keyakinan terhadap pasangan jarak jauh bahwa ia tidak akan mengambil manfaat dari apa yang kita bagikan dengannya.

1.5.5 Self Disclosure

Pengungkapan diri adalah bentuk komunikasi di mana seorang individu mengungkapkan informasi yang biasanya dia sembunyikan (Devito, 2011). Selain itu, keterbukaan diri merupakan kemampuan untuk mengekspresikan diri, seperti perasaan dan pikiran dan dianggap penting karena dapat mempengaruhi tubuh dan jiwa. (Karmiyati dan Hidayati, 2019). Menurut Sidney Jourard dalam (España, 2012) *self disclosure* adalah memperbolehkan orang lain untuk mengetahui apa yang Anda pikirkan, rasakan, atau inginkan.

Maka dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa *self disclosure* adalah kemampuan mengungkapkan diri baik perasaan maupun pikiran kepada pasangan jarak jauh.

1.5.6 Pengaruh Self Esteem terhadap Self Disclosure

Pengaruh harga diri terhadap pengungkapan diri dapat dijelaskan melalui teori kebutuhan interpersonal (*Interpersonal Needs Theory*) yang dikemukakan oleh Schutz (1958).

Asumsi dasar teori ini adalah adanya tiga kebutuhan penting yang menjadi alasan terjadinya interaksi dalam sebuah hubungan. Ketiga aspek itu adalah kebutuhan inklusi, kontrol dan kasih sayang (afeksi). Manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan orang lain dalam hidupnya dan dengan adanya kebutuhan untuk saling berhubungan antara manusia satu dengan yang lainnya, seseorang dapat memenuhi kebutuhannya seperti mendapatkan pengakuan, diterima oleh orang lain, dan lain-lain. Kebutuhan untuk menjalin hubungan dengan orang lain ini disebabkan oleh adanya keinginan individu untuk mendapatkan: inklusi, kontrol serta afeksi seperti penjelasan sebagai berikut :

a. Kebutuhan Inklusi yakni adanya keinginan terkait pengakuan sebagai seseorang yang memiliki kemampuan dalam suatu hubungan. Kebutuhan ini juga memberikan kecenderungan bagi seseorang untuk ingin dijadikan sebagai “sandaran” dalam menanyakan suatu hal dan dimintai pendapat sekaligus sarannya dalam hubungan. Seperti halnya seseorang yang dimasa pandemi saat ini memerlukan pasangannya

dikarenakan berbagai masalah yang dihadapinya sehingga butuh pasangannya yang dapat diminta pendapat dan juga sarannya.

b.Kebutuhan Afeksi yakni kebutuhan untuk mewujudkan serta mempertahankan komunikasi antarpribadi yang memuaskan dengan orang lain yang berkaitan dengan memberikan cinta dan kasih sayang. Kebutuhan afeksi ini juga merupakan kebutuhan untuk disukai dan memberikan kesempatan untuk membangun hubungan agar lebih dekat (intim) dengan pasangannya.

c.Kebutuhan Kontrol yakni kebutuhan berdasarkan pada kesadaran pribadi yang ingin mendapatkan kepuasan dengan cara mengendalikan seperti adanya keinginan untuk memimpin dalam suatu hubungan. Kontrol pada dasarnya menandakan adanya keinginan pribadi untuk menentukan sikap ataupun keputusan dalam hubungan. Proses pengambilan keputusan menyangkut boleh atau tidaknya seseorang untuk melakukan sesuatu, dimana hal ini perlu ada suatu kontrol dan kekuasaan.

Sehingga dari beberapa paparan diatas dapat disimpulkan bahwa dalam Teori Kebutuhan Hubungan Interpersonal menjelaskan bahwa keberlangsungan interaksi hubungan interpersonal tersebut akan berjalan dengan baik dan lancar jika tiap individu sudah mampu untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan pribadinya yang terbagi atas tiga dimensi diatas. Ketika dalam berinteraksi tiap individu saling membolehkan satu sama lain untuk memenuhi kebutuhannya seperti : menjadikan pasangannya sebagai sandaran untuk tempat bercerita / berkonsultasi terkait masalahnya, memberikan kasih sayang, dan kebutuhan atas kontrol yakni menyangkut boleh atau tidaknya pasangan melakukan sesuatu, maka interaksi dari masing-masing pasangan akan semakin lancar. Apabila interaksi interpersonal masing-masing pasangan tersebut sudah lancar maka komunikasi interpersonal yang efektif dapat dicapai sehingga akan menghadirkan keterbukaan (*self disclosure*).

1.5.7 Pengaruh Trust terhadap Self Disclosure

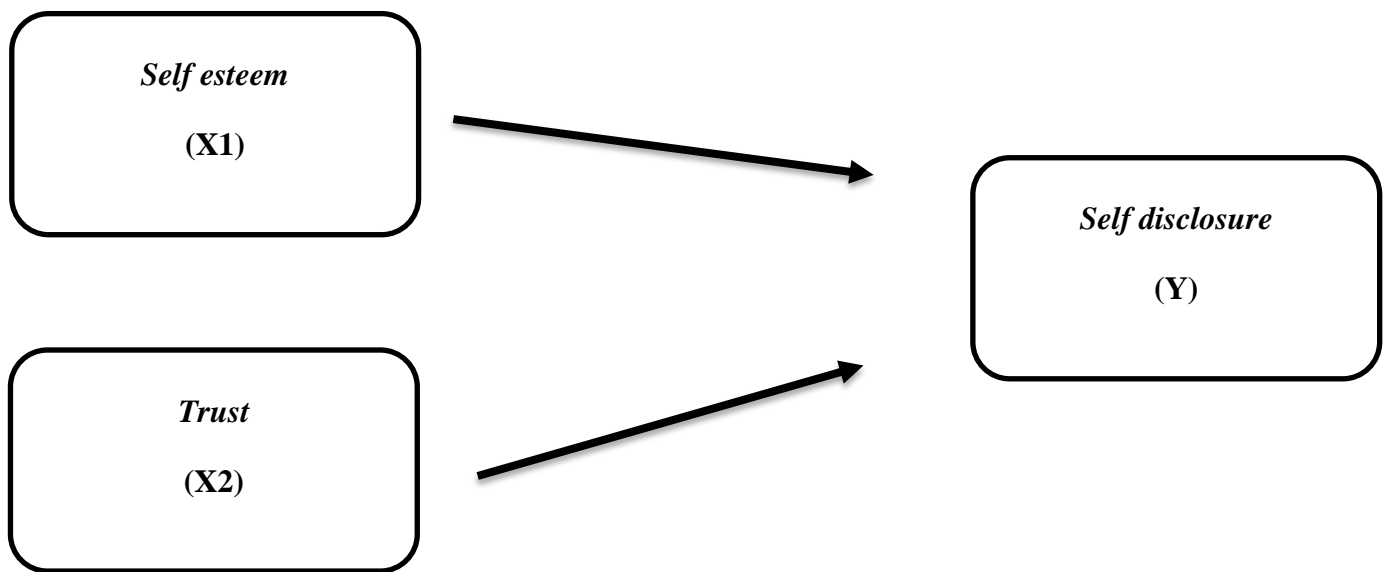
Pengaruh *trust* terhadap *self disclosure* dapat dijelaskan melalui *Communication Privacy Management (CPM)*. Menurut Petronio dalam (Rahmawati,2019) teori ini dapat dijelaskan dengan melihat dua komponennya, yaitu: *suppositions* sebagai alasan pengungkapan dan sistem manajemen yang mengatur baik privasi maupun pengungkapan. Konteks privasi dan pengungkapan dianggap sebagai dialektika antara keduanya yakni kapan seseorang harus mengungkapkan informasi pribadinya kepada orang lain dan kapan harus melindungi sebagian informasi lainnya dari publik. Penggunaan teori ini digunakan untuk mengkaji perpaduan dua hal (pengungkapan dan privasi) dalam komunikasi interpersonal.

Konteks ini membuat kemungkinan bagi individu untuk mengambil pilihan agar tidak mengungkapkan rahasia pribadi mereka. Oleh karena itu, untuk informasi pribadi atau rahasia, dapat dilihat dari tingkat kontrol individu terhadap informasi yang dipublikasikan atau diungkapkannya ,dimana nantinya ini akan membuat informasi tersebut terlihat berbeda.

Tentunya untuk dapat mengungkapkan informasi pribadi agar diketahui oleh pasangan kita,memerlukan tingkat *trust* yang tinggi kepada pasangan. Maka dari itu, ketika seseorang memiliki *trust* yang tinggi terhadap pasangannya maka ia akan berhasil mengungkapkan dirinya yakni dengan berani untuk mengutarakan privasinya dengan tegas. Berbeda dengan seseorang dengan *trust* yang rendah , dimana tentunya ia akan terhambat dalam mengungkapkan dirinya. Hal ini dikarenakan dirinya tidak mampu untuk mengutarakan informasi pribadi kepada pasangannya.

Menurut CPM, semakin besar risiko atas sebuah informasi, maka akan semakin memerlukan suatu kontrol terhadap batasan yang perlu diciptakan oleh individu. Maka dari itu,apabila pasangan tersebut memiliki *trust* yang rendah terhadap pasangannya maka ia memerlukan kontrol dan batasan atas informasi yang ia sampaikan tentang dirinya. Secara nyata , teori ini menjelaskan bahwa semakin tinggi *trust* seorang pasangan maka semakin tinggi pula *self disclosure* seorang pasangan yang ditandai dengan keberanian pasangan untuk mengungkapkan dirinya dan juga privasinya. Maka dari itu seorang pasangan harus memiliki *trust* yang tinggi terhadap pasangannya agar mampu

melakukan keterbukaan kepada pasangannya. Hal ini dapat dikaitkan dengan permasalahan yang banyak dihadapi pasangan saat ini di masa pandemi sehingga memerlukan *trust* yang tinggi terhadap pasangannya agar mampu membagikan informasi ataupun masalah yang sifatnya lebih personal kepada pasangannya. Maka dari itu untuk mencapai *trust* yang tinggi tersebut , seorang pasangan berupaya untuk memberikan reaksi/respon atas suatu masalah yang terjadi satu sama lain agar membuat pasangannya nyaman dan berani untuk mengungkapkan informasi personal ataupun perasaan yang dimilikinya .



1.6 Hipotesis

Hipotesis yang akan dibuktikan dalam penelitian ini adalah:

H1 : Adanya Pengaruh antara *Self esteem* (X1) terhadap *Self disclosure* yang dilakukan oleh Pasangan Jarak Jauh dalam Mempertahankan Hubungan Jarak Jauh di Era Pandemi Covid-19(Y)

H2 : Adanya Pengaruh antara *Trust* (X2) terhadap *Self disclosure* yang dilakukan oleh Pasangan Jarak Jauh dalam Mempertahankan Hubungan Jarak Jauh di Era Pandemi Covid-19(Y)

1.7 Definisi Konseptual

1.7.1 Self Esteem

Menurut Rosenberg dalam (Stets dan Burke , 2014) *self esteem* adalah suatu bentuk penilaian sikap , baik negatif maupun positif yang dilakukan oleh seorang pasangan jarak jauh terhadap dirinya sendiri dalam mempertahankan hubungan jarak jauh di era pandemi covid-19.

1.7.2 Trust

Menurut Morrow dalam (Winayanti & Widiyasavitri , 2015) *trust* adalah sebuah perasaan nyaman yang dimiliki oleh pasangan jarak jauh dalam berbagi dan melepaskan perasaan, emosi dan tanggapan dan yakin bahwa kedua pasangan akan saling menghargai dan tidak mengambil manfaat terhadap apa yang dibagikan untuk mempertahankan hubungan jarak jauh di era pandemi covid-19.

1.7.3 Self Disclosure yang dilakukan oleh Pasangan Jarak Jauh dalam Mempertahankan Hubungan Jarak Jauh di Era Pandemi Covid-19

Self disclosure adalah kemampuan untuk mengungkapkan diri, seperti perasaan dan pikiran dan berdampak baik pada diri secara fisik maupun mental yang dilakukan oleh pasangan jarak jauh dalam mempertahankan hubungan jarak jauh di era pandemi Covid-19. (Karmiyati & Hidayati, 2019)

1.8 Definisi Operasional

1.8.1. Self Esteem

Menurut Coopersmith (1967) , *self esteem* diukur dengan indikator :

a.) Power :

-Penilaian responden terkait kemampuan pemecahan masalah pribadi mereka ketika terlibat dalam hubungan jarak jauh yang dilakukan oleh masing-masing pasangan.

-Penilaian responden terkait kemampuan dalam menangani sesuatu dengan sikap mandiri, yang dilakukan oleh masing-masing pasangan saat menjalani hubungan jarak jauh.

b.) Significance :

-Penilaian responden terkait penerimaan perhatian , afeksi , dan ekspresi cinta dari masing-masing pasangan ketika menjalani hubungan jarak jauh.

c.) Virtue :

-Penilaian responden terkait kepatuhan masing-masing pasangan terhadap nilai,etika, dan standar moral yang harus dilakukan ataupun harus di jauhi ketika menjalani hubungan jarak jauh.

Dengan tercapainya ketiga indikator tersebut maka dapat dikatakan bahwa responden memiliki *self esteem* yang tinggi.

1.8.2 Trust

Menurut Johnson dan Johnson (1997) *trust* diukur dengan indikator :

a.) Openess :

Penilaian responden terkait kemampuan membagikan informasi seperti ide-ide, pemikiran, perasaan, dan reaksi/respon atas suatu masalah yang terjadi satu sama lain.

b.) Sharing :

-Penilaian responden terkait kemampuan setiap pasangan untuk saling mendukung dalam mengerjakan tugas dan saling berbagi bantuan baik secara emosional maupun material ketika terlibat dalam hubungan jarak jauh.

c.) Acceptance :

-Penilaian responden terkait kemampuan berkomunikasi dan saling menerima pendapat masing-masing tentang suatu hal yang sedang dibicarakan oleh setiap pasangan ketika terlibat dalam hubungan jarak jauh.

d.) Support

-Penilaian responden terkait rasa percaya bahwa setiap pasangan memiliki kemampuan dan masing-masing memiliki kapabilitas yang diperlukan ketika terlibat dalam hubungan jarak jauh.

e.) Cooperative

-Penilaian responden terkait kemampuan pasangan dalam hal bekerjasama untuk mencapai tujuan yang diinginkan ketika terlibat dalam hubungan jarak jauh.

Dengan terpenuhinya kelima indikator diatas dapat dikatakan bahwa responden memiliki *trust* yang tinggi.

1.8.3. Self Disclosure

Menurut Devito dalam (Famella, 2013) *self disclosure* diukur dengan indikator :

a.) Amount:

Penilaian responden terkait frekuensi masing-masing pasangan dalam mengungkapkan diri dan durasi waktu yang dibutuhkan dalam mengungkapkan dirinya terhadap pasangan ketika terlibat dalam hubungan jarak jauh.

b.) Valensi :

Penilaian responden terkait hal positif ataupun negatif dari pengungkapan diri yang dilakukan oleh setiap pasangan ketika terlibat dalam hubungan jarak jauh.

c.) Ketepatan dan kejujuran

Penilaian responden terkait tingkat pengetahuan terhadap masing-masing pasangan yang dilakukan secara jujur dan tidak dilebih-lebihkan ketika terlibat dalam hubungan jarak jauh.

d.) Intensi :

Penilaian responden terkait tingkat kedalaman pengungkapan diri tentang apa yang ingin diungkapkan oleh masing-masing pasangan seperti apa yang ingin serta seberapa besar kontrol setiap pasangan terhadap informasi-informasi yang akan diungkapkan ketika menjalani dalam hubungan jarak jauh.

e.) Intimacy :

Penilaian responden terkait pengungkapan informasi yang paling intim secara detail dari hidupnya dan juga pasangannya serta hal-hal yang dirasa impersonal di dalam hubungannya ketika terlibat dalam hubungan jarak jauh.

Dengan terpenuhinya kelima indikator diatas dapat dikatakan bahwa responden memiliki *self disclosure* yang tinggi.

1.9 Metodologi Penelitian

1.9.1 Tipe Penelitian

Penelitian dengan Metode Kuantitatif dan tipe penelitian eksplanatori ini bertujuan untuk mengamati relasi antar variabel dalam menguji sebuah teori. Penelitian kuantitatif adalah metode yang lebih memprioritaskan sesuatu yang dapat diukur secara obyektif khususnya fenomena sosial yang terbagi kedalam beberapa bagian seperti segmentasi masalah, variabel dan ataupun parameter. (Siyoto dan Sodiq,2015)

Dengan beberapa ciri-ciri diatas maka penelitian ini termasuk kedalam penelitian kuantitatif yang dengan tujuan untuk mengamati adanya pengaruh dua variabel independen yakni *self esteem* dan *trust* terhadap variabel dependen yaitu *self disclosure*.

1.9.2 Populasi

Populasi dari studi ini adalah: Mahasiswa Ilmu Komunikasi Undip angkatan 2018 – 2019 dan sedang mengalami hubungan jarak jauh (LDR) .

Alasan menggunakan populasi diatas adalah : Hubungan romantis jarak jauh ini kerap dijumpai pada mahasiswa khususnya mahasiswa tingkat pertama. Hal ini dibuktikan melalui *College Sexual Health Survey* di tahun 2020 pada 2075 responden yakni siswa yang terlibat dalam hubungan romantis menunjukkan laporan status hubungan romantis mereka bahwa secara keseluruhan terdapat 34,2% siswa yang terlibat hubungan romantis berada di situasi LDR dan ini lebih umum untuk siswa di tahun pertama. (<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34591746/>). Selain itu, alasan saya memilih mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro angkatan 2018-2019 dikarenakan saya telah melakukan wawancara sebelumnya kepada 7 responden di jurusan Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro angkatan 2018 dan menemukan adanya masalah pada hubungan jarak jauh yang dialami mereka.

1.9.3 Sampel

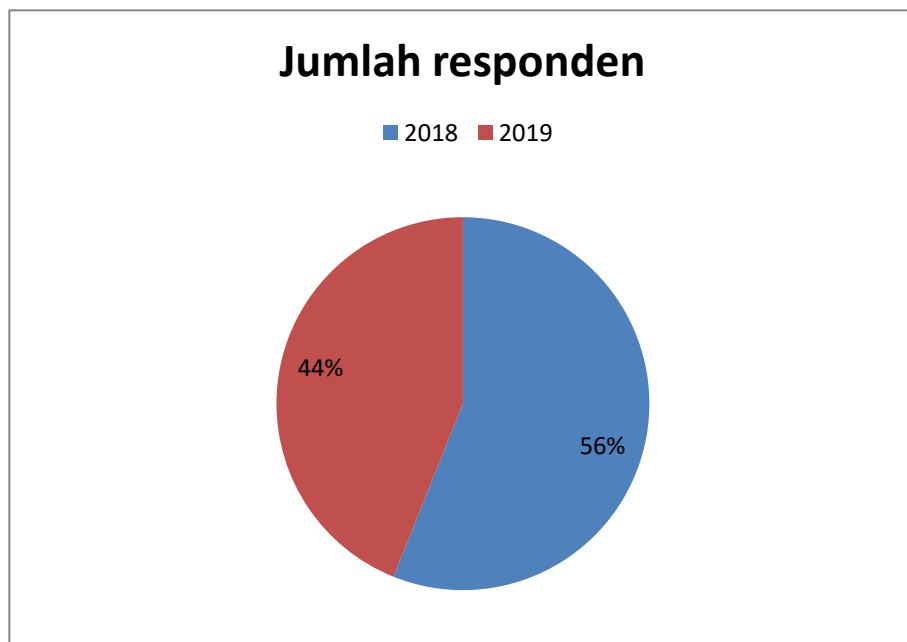
Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah non-probabilistik, yaitu teknik pengambilan sampel dengan tidak memberikan kesempatan yang sama kepada setiap anggota populasi yang dipilih untuk pengambilan sampel. Teknik yang saya pilih adalah purposive sampling yaitu suatu teknik penentuan sampel dengan mempertimbangkan kriteria tertentu atau melakukan seleksi. (Siyoto dan Sodik, 2015)

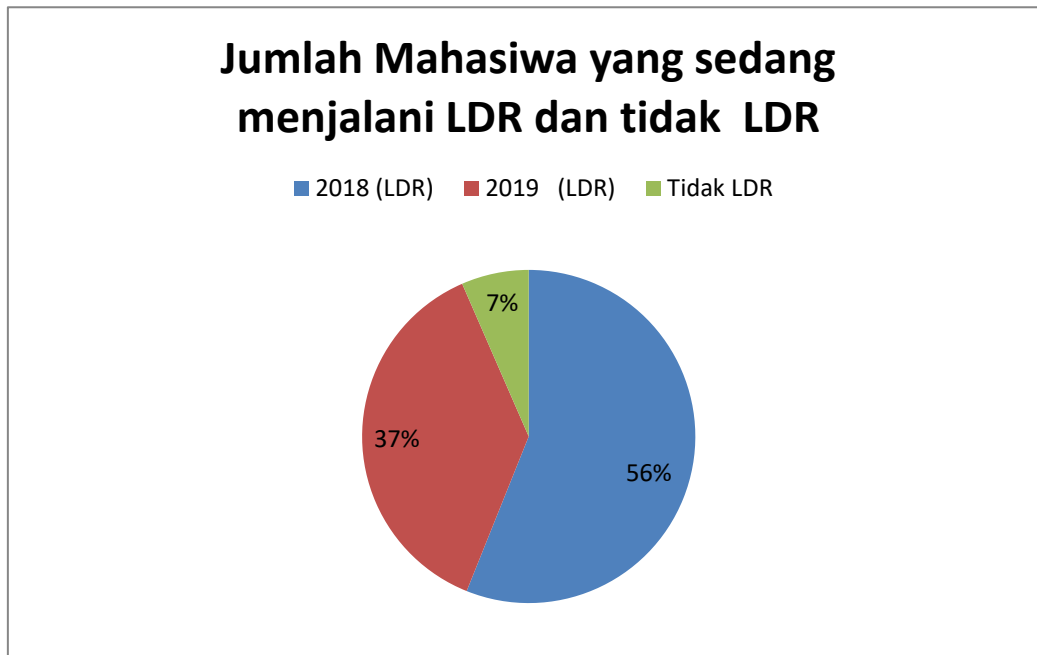
Adapun sampel yang saya pilih adalah dengan kriteria :

- Mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2018 – 2019
- Mahasiswa tersebut sedang menjalani hubungan jarak jauh di masa pandemi.

Adapun sampel yang saya ambil hanya berasal dari 1 pihak saja karena pihak tersebut dianggap sudah mewakili pasangannya.

Alasan menggunakan teknik ini adalah dikarenakan : menurut *survey* mahasiswa yang menjalani hubungan LDR yang saya lakukan kepada mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2018 sebanyak 176 mahasiswa dan mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2019 sebanyak 156 mahasiswa, dengan total responden yang berpartisipasi dalam *survey* tersebut adalah 107 orang yaitu angkatan 2018 sebanyak 60 orang dan angkatan 2019 sebanyak 47 orang.





Berdasarkan *survey* diatas,ditemukan sebanyak 100 responden yang menjalani hubungan jarak jauh dengan 60 responden dari mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2018 dan 40 responden dari mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2019,dan yang tidak LDR sebanyak 7 responden.

Maka dari itu sampel yang memenuhi kriteria yang akan diambil sebanyak 100 responden yaitu 60 responden dari mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2018 dan 40 responden dari mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2019 yang sedang menjalani hubungan LDR.

Selain itu,hal ini juga dikarenakan menurut Roscoe dalam (Sugiyono,2015:91) bahwa jumlah sampel yang ideal adalah antara 30 sampai dengan 500.

1.9.4 Jenis dan Sumber Data

Penelitian ini menggunakan data primer yang didapatkan dari sumber datanya secara langsung . (Siyoto dan Sodiq,2015)

Data primer ini selanjutnya adalah hasil dari pengisian kuesioner yang dilakukan sendiri oleh responden.

1.9.5 Alat dan Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini memanfaatkan kuesioner sebagai alat pengumpulan data dan metode yang digunakan untuk mengumpulkan data nya adalah menggunakan angket , dimana responden mengisi sendiri kuesioner yang berisi daftar pertanyaan untuk memperoleh informasi.

1.9.6 Teknik Pengolahan Data

1.9.6.1 Editing

Editing adalah proses mengecek kembali kumpulan jawaban responden untuk mengetahui kelayakan data agar dapat diteruskan pada tahap berikutnya. (Agung dan Yuesti,2017)

1.9.6.2 Koding

Koding adalah upaya untuk membagi data dari para responden dengan tujuan untuk mengklasifikasikan jawaban kedalam beberapa kategori penting sehingga akan lebih mudah dianalisis untuk nantinya dilakukan pembahasan atas hasil penelitian. (Agung dan Yuesti ,2017)

1.9.6.3 Tabulasi

Tabulasi adalah proses penghitungan frekuensi kedalam masing-masing kategori yang disediakan dalam bentuk tabel . (Agung dan Yuesti,2017)

Setelah proses tabulasi dilakukan,maka kemudian data dapat diolah melalui aplikasi SPSS untuk melewati langkah pengujian berikutnya.

1.9.7 Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah analisis Regresi Linear Berganda. Analisis Regresi Linear Berganda ini digunakan untuk penelitian yang variabel independennya lebih dari satu. Analisis regresi linear berganda digunakan untuk melihat arah dan mengetahui seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Hasil dari analisis regresi linear berganda akan menguji seberapa besar pengaruh *self esteem* dan *trust* terhadap *self disclosure* pasangan jarak jauh. (Ghozali,2018)