

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Pada bab ini peneliti akan menguraikan data dan hasil penelitian tentang *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* (Studi Deskriptif mengenai *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung).

Hasil penelitian ini diperoleh dengan teknik wawancara mendalam dengan informan sebagai bentuk pencarian data dan dokumentasi langsung di lapangan yang kemudian peneliti analisis. Analisis ini sendiri terfokus pada *Self Disclosure* Pasangan yang sedang menjalani *Long Distance Relationship*. Agar penelitian ini lebih objektif dan akurat, peneliti melakukan wawancara mendalam kepada informan utama yaitu tiga mahasiswa/i di perguruan tinggi Kota Bandung beserta ketiga pasangannya masing-masing untuk melihat langsung bagaimana *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* di Kota Bandung tersebut. Selain itu juga peneliti melakukan wawancara mendalam kepada informan pendukung yaitu Staff Klinik Psikolog di Pusat Psikologi Unpad guna memperoleh data pendukung mengenai *Self Disclosure* pada Pasangan *Long Distance Relationship*.

Penelitian ini juga menggunakan metode kualitatif di mana prosedur penelitian yang dihasilkan berupa data deskriptif dengan kata-kata tertulis maupun lisan dari perilaku orang-orang yang diamati. (Moleong, 2007: 3)

Penelitian pendekatan kualitatif pada intinya sebuah cara penelitian yang sudah terarah dengan cara mewawancarai sumber informasi yang didapatkan dari informan, dan menganalisis hasil dari wawancara dengan cara deskriptif mengenai suatu fenomena gejala sosial pada manusia.

Adapun tahap analisis yang dilakukan peneliti yaitu membuat daftar pertanyaan untuk wawancara, pengumpulan data, dan analisis data yang dilakukan oleh peneliti. Untuk dapat mengetahui bagaimana *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam membangun hubungan yang harmonis di Kota Bandung, peneliti melakukan beberapa tahap. **Pertama**, menyusun daftar untuk pertanyaan wawancara berdasarkan dimensi *self disclosure* yang ditanyakan kepada informan sebagai narasumber. **Kedua**, melakukan wawancara mendalam dengan tiga mahasiswa/i di perguruan tinggi Kota Bandung beserta pasangannya masing-masing dengan wawancara melalui telepon, serta Staff Klinik Psikolog di Pusat Psikologi Unpad yang ahli dalam *romantical psychology*. **Ketiga**, memindahkan data penelitian yang berbentuk daftar dari semua pertanyaan yang diajukan kepada informan. **Keempat**, menganalisis hasil data wawancara yang telah dilakukan.

Hasil penelitian bisa dilihat dan diperoleh melalui teknik pengumpulan data dengan wawancara mendalam (*indepth interview*) dan dokumentasi. Teknik tersebut dilakukan untuk memperoleh data yang objektif dan alamiah. Adapun jadwal wawancara yang sudah dilakukan dengan informan sebagai berikut:

Tabel 4.1
Jadwal Wawancara Informan Utama

No	Hari/Tanggal	Tempat	Nama	Keterangan
1.	Rabu, 3 Juli 2019	Ruang Perpustakaan Unikom	Intan Sartika Putri	Mahasiswi Ilmu Komunikasi Universitas Komputer Indonesia
2.	Rabu, 3 Juli 2019	Wawancara Melalui Telepon	Muhammad Furqon Giarsyah	Bekerja sebagai Holand American Line Attendance
3.	Kamis, 20 Juni 2019	Jl. Terusan Cikutra Baru No.11 Neglasari Bandung	Erzi Utama	Mahasiswa Teknik Informatika Universitas Widyatama
4.	Minggu, 23 Juni 2019	Wawancara Melalui Telepon	Bela Damayanti	Bekerja sebagai Staff Social Media Specialist PT. Auraluxe Jakarta
5.	Jumat, 12 Juli 2019	Jl. Awiligar Raya No.4 Cimenyan Bandung	Bagas Wahyu Putra	Mahasiswa Teknik Kimia Universitas Teknologi Nasional
6.	Rabu, 26 Juni 2019	Wawancara Melalui Telepon	Nabila Juliansyah	Mahasiswi Hukum Universitas Gadjah Mada Yogyakarta

Sumber: Peneliti 2019

Adapun untuk memperjelas serta memperkuat data, peneliti mewawancarai informan lain sebagai informan pendukung pada penelitian ini. Adapun jadwal wawancara sebagai berikut:

Tabel 4.2
Jadwal Wawancara Informan Pendukung

No.	Hari/Tanggal	Tempat	Nama	Keterangan
1.	Jumat, 28 Juni 2019	Ruang Psikolog Klinik Pusat Psikologi Unpad	Anggit Sukmawati	Staff Klinik Psikolog di Pusat Psikologi Unpad

Sumber: Peneliti 2019

4.1.1 Gambaran Objek Penelitian

1. Pengertian *Long Distance Relationship*

Gambaran Objek pada penelitian ini yaitu pasangan yang mengalami hubungan jarak jauh atau *long distance relationship* di Kota Bandung dengan pasangannya masing-masing baik yang sedang bekerja juga yang sedang menyelesaikan pendidikan perguruan tinggi di luar Kota Bandung.

Menurut tahap perkembangan psikososial Erik Erikson, di usia 18-30 tahun, seseorang mulai menjalin hubungan sosial yang lebih intim dengan orang lain. Lingkup hubungan ini tidak terbatas pada keluarga, tetapi juga pada teman sepermainan, terutama pada lawan jenis. Hubungan yang kemudian dijalin dengan lebih intim tersebut dikenal dengan istilah pacaran. Pacaran adalah pertemuan-pertemuan antara dua orang yang sama yang secara khusus diarahkan untuk menjalin

komitmen menuju jenjang pernikahan Nisa, 2011: 21). Pacaran merupakan salah satu bentuk hubungan yang ditandai dengan adanya rasa cinta, komitmen, dan *self-disclosure* atau pengungkapan diri (Nisa, 2011: 21). Pacaran berfungsi untuk mencari pasangan yang menimbulkan kenyamanan hati yang untuk kemudian dikenal lebih dalam lagi.

Pada realitanya, orang-orang yang sedang menjalin hubungan tidak selalu berada dekat dengan pasangannya. Pada saat tertentu, terkadang individu harus menjalani hubungan pacaran dengan kondisi tidak saling berdekatan dengan pasangannya atau menjalani hubungan pacaran jarak jauh. Menurut Schwebel (dalam Skinner, 2005: 31) suatu hubungan pacaran disebut sebagai pacaran jarak jauh apabila berjarak lebih dari 50 mil. Hubungan pacaran jarak jauh kerap kali terjadi karena faktor pendidikan ataupun pekerjaan. Bagi mahasiswa-mahasiswi yang baru saja menduduki bangku perkuliahan, fenomena hubungan pacaran jarak jauh menjadi hal yang tak asing lagi dikarenakan ketika memasuki masa perkuliahan, banyak orang yang harus merantau dari wilayah asalnya dan memasuki wilayah baru yang berbeda dengan pasangannya.

Pacaran jarak jauh atau yang lebih dikenal dengan istilah *long distance relationship* memiliki sisi positif dan negatif. Sisi positif dari pacaran jarak jauh adalah individu dapat belajar untuk lebih sabar, mandiri, dan percaya terhadap pasangan (Nisa, 2011: 12). Di sisi lain, pacaran jarak jauh juga memiliki dampak buruk yaitu pelaku hubungan

pacaran jarak jauh menjadi lebih rawan dalam perselingkuhan karena merasa jenuh dengan hubungannya yang cenderung monoton.

Pasangan *long distance relationship* di Kota Bandung harus menjalani hubungannya dengan jarak jauh disebabkan karena tuntutan pekerjaan bagi pasangannya yang bekerja di luar Kota Bandung, di mana hubungan mereka sudah dijalani sejak teman semasa satu sekolah dan teman satu perguruan tinggi kemudian pasangannya sudah lulus dan bekerja di luar Kota Bandung, juga mahasiswa perantau yang datang ke Kota Bandung dan berpisah dengan pasangannya yang menyelesaikan pendidikan perguruan tinggi dan bekerja di luar Kota Bandung.

4.1.2 Identitas Informan

Adapun peneliti akan mendeskripsikan tentang profil semua informan, baik informan utama maupun informan pendukung untuk mengenal siapa saja yang dijadikan peneliti sebagai informan:

1. Informan Utama

Informan utama pada penelitian ini berjumlah enam orang yaitu tiga mahasiswa/i yang ada di perguruan tinggi Kota Bandung yang sedang menjalani *long distance relationship* beserta pasangannya masing-masing yang sedang bekerja dan kuliah di luar Kota Bandung, sehingga terdapat tiga pasangan *long distance relationship* yang dijadikan informan utama oleh peneliti. Berikut peneliti uraikan data mengenai informan utama penelitian sebagai berikut:

1) Intan Sartika Putri

Gambar 4.1 Informan I**Intan Sartika Putri**

Sumber: Peneliti 2019

Intan Sartika Putri merupakan mahasiswi berumur 23 tahun dan kuliah di program studi Ilmu Komunikasi Universitas Komputer Indonesia dan tinggal di Kota Bandung. Ia bersama pasangannya yakni Muhammad Furqon Giarsyah sudah menjalani hubungan selama enam tahun lebih sejak mereka masih di bangku sekolah kelas dua SMA. Selama menjalani hubungan, Intan bersama Furqon sempat putus nyambung sebanyak tiga kali, hingga akhirnya mereka kembali menjalani hubungan dan berpisah secara fisik karena pasangannya yaitu Furqon bekerja sebagai pelayar di Eropa.

Peneliti memilih Sartika sebagai informan utama karena Sartika harus menjalani hubungan *long distance relationship* bersama Furqon yang bekerja hingga lintas antar negara bahkan benua yaitu Eropa dan Bandung.

2) Muhammad Furqon Giarsyah

Gambar 4.2 Informan II

Muhammad Furqon Giarsyah



Sumber: Peneliti 2019

Muhammad Furqon Giarsyah ialah laki-laki berusia 23 tahun dan lulusan Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung. Furqon merupakan teman satu sekolah Intan pada saat di bangku SMA dan sudah menjalani hubungan bersama Sartika sejak kelas dua SMA hingga sekarang. Namun kini Furqon sudah harus meninggalkan Sartika di Kota Bandung karena Furqon bekerja sebagai Holand American Line Attendance di mana ia lebih sering berada di laut dan berpindah-pindah negara yang ada di Eropa.

Peneliti memilih Furqon sebagai Informan utama karena Furqon sudah menjalani hubungan dengan Sartika sudah lebih dari enam tahun dan selama menjalani hubungan *long distance relationship* Furqon lebih banyak menghabiskan waktu bekerja di kapal dibandingkan di darat.

3) Erzi Utama

Gambar 4.3 Informan III**Erzi Utama**

Sumber: Peneliti 2019

Erzi Utama merupakan mahasiswa berusia 21 tahun dan mengambil jurusan Teknik Informatika di Universitas Widyatama. Erzi adalah mahasiswa asal dari Kota Jakarta dan kini tinggal di Kota Bandung untuk menyelesaikan perkuliahannya. Erzi juga sudah menjalani hubungan bersama Bela sudah lebih dari empat tahun dan harus menjalani hubungan *long distance relationship* karena Erzi yang menempuh pendidikan perguruan tinggi di Kota Bandung dan Bela yang langsung bekerja di Jakarta setelah lulus sekolah.

Peneliti memilih Erzi sebagai informan utama karena Erzi harus menjalani hubungan *long distance relationship* bersama pasangannya yang sudah bekerja dan Erzi yang harus menjalani perkuliahannya.

4) Bela Damayanti

Gambar 4.4 Informan IV

Bela Damayanti



Sumber: Peneliti 2019

Bela Damayanti merupakan wanita berumur 20 tahun yang bekerja sebagai Staff Social Media Specialist di PT. Auraluxe Jakarta dan tinggal di Kota Jakarta. Bela sudah menjalani hubungan bersama Erzi sudah lebih dari empat tahun sejak di bangku kelas dua SMA di mana Bela merupakan sebagai adik kelas Erzi. Kini Bela harus menjalani hubungan *long distance relationship* sejak Erzi sudah masuk ke perguruan tinggi dan Bela yang kini bekerja di Jakarta.

Peneliti memilih Bela sebagai informan utama karena jarak *long distance relationship* yang tidak sejauh pada informan utama yang lainnya yaitu Jakarta Bandung dan umur Bela yang masih sangat muda dan menjalani hubungan *long distance relationship* karena bekerja di Jakarta.

5) Bagas Wahyu Putra

Gambar 4.5
Bagas Wahyu Putra



Sumber: Peneliti 2019

Bagas Wahyu Putra adalah mahasiswa Teknik Kimia Universitas Teknologi Nasional dan berumur 22 tahun. Ia adalah mahasiswa perantau asal dari Kota Bontang Kalimantan Timur dan kini tinggal di Kota Bandung untuk menyelesaikan perkuliahannya. Bagas sudah menjalani hubungan bersama Nabila selama empat tahun di mana Nabila pada saat itu merupakan sebagai adik kelas semasa SMAnya.

Peneliti memilih Bagas sebagai informan utama karena Bagas bersama pasangannya merupakan perantau asal dari Kalimantan Timur dan keduanya menjalani hubungan *long distance relationship* karena untuk menempuh pendidikan perguruan tinggi sehingga bisa sebagai pembanding dengan informan-informan utama lainnya yang menjalani hubungan *long distance relationship* di mana pasangannya karena bekerja.

6) Nabila Juliansyah

Gambar. 4.6 Informan VI**Nabila Juliansyah**

Sumber: Peneliti 2019

Nabila Juliansyah merupakan mahasiswa umur 21 tahun dan mengambil jurusan Hukum Universitas Gadjah Mada dan kini tinggal di Yogyakarta. Nabila sudah menjalani hubungan bersama Bagas selama empat tahun dan harus menjalani hubungan *long distance relationship* saat Bagas harus menyelesaikan pendidikan perguruan tingginya di Kota Bandung dan kini Nabila menyelesaikan pendidikan perguruan tingginya di Yogyakarta.

Peneliti memilih Nabila sebagai informan utama karena kesibukan Nabila sendiri yakni hanya melakukan perkuliahan di kampusnya dan juga ia mempunyai banyak waktu untuk berkomunikasi bersama Bagas sehingga dapat menjadi pembanding dengan informan utama lainnya yang harus menyelesaikan waktunya karena pekerjaan.

2. Informan Pendukung

Peneliti juga mewawancarai informan pendukung untuk mendapatkan jawaban pembandingan dari hasil jawaban keenam informan yang dilihat dari sisi psikologi. Adapun informan pendukung sebagai berikut:

Gambar 4.7 Informan Pendukung

Anggit Sukmawati, M.Psi.



Sumber: Peneliti 2019

Anggit Sukmawati merupakan seorang wanita psikolog berumur 30 tahun dan tinggal di Kota Bandung. Anggit bekerja sebagai Staff Klinik di Pusat Psikologi Unpad dan ia juga membuka praktek sebagai konsultan psikolog. Pendidikan Anggit ialah sebagai Sarjana Psikologi dan Magister Psikologi. Selama bekerja, Anggit sudah terbiasa bekerja dan melayani pada *clien* yang berpasangan dan lingkup *romantycal*, untuk itu Anggit dipilih oleh Kepala Bagian Pusat Psikolog Unpad sebagai informan pendukung dan membantu peneliti dalam menjelaskan fenomena *self disclosure* pasangan *long distance relationship*.

4.2 Deskripsi Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian ini diperoleh dengan teknik wawancara secara mendalam dengan enam informan utama yaitu pada tiga pasangan *long distance relationship* di Kota Bandung dan satu informan pendukung kepada psikolog sebagai bentuk pencarian data di lapangan yang kemudian peneliti analisis. Analisis ini sendiri terfokus pada *self disclosure* mahasiswa/i yang sedang menjalani hubungan *long distance relationship* di Kota Bandung beserta pasangannya baik yang sedang bekerja juga yang sedang menyelesaikan perkuliahan di luar Kota Bandung yang dikaitkan pada identifikasi masalah.

Untuk mengetahui *self disclosure* pasangan *long distance relationship* dalam membangun hubungan yang harmonis di Kota Bandung, dapat dilihat dari hasil deskripsi penelitian berikut ini:

4.2.1 Intensitas Komunikasi *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung

1. Pengelolaan Waktu Komunikasi Bagi Pasangan *Long Distance Relationship* (Frekuensi)

Pengelolaan waktu bagi empat informan pasangan *long distance relationship* yang pasangannya sudah bekerja yaitu dengan cara mengatur waktu mereka untuk berkomunikasi pada saat aktivitas mereka sudah lengang di sela-sela kesibukannya kepada pasangan, kemudian setiap individu informan juga sudah mengetahui rutinitas aktivitas pasangannya sehari-hari sehingga mereka sudah

mengetahui kapan mereka dapat berkomunikasi kepada pasangannya.

Berbeda pada satu pasangan yang keduanya merupakan mahasiswa dan mahasiswi yaitu Bagas dan Nabila di mana mereka selalu ada waktu untuk saling berkomunikasi satu sama lain bahkan saat salah satu diantara mereka sedang melakukan aktivitas tetap dapat berkomunikasi dan meluangkannya waktunya melalui pesan *chatt* kepada pasangannya.

Setiap pasangan sudah terbentuk adanya *intimacy* di antara keduanya di mana keduanya saling mengelola *attachment*, salah satunya dengan cara berkomunikasi, maka untuk membangun hubungan yang harmonis ialah dengan cara berkomunikasi. Seperti yang dikatakan psikolog sebagai informan pendukung yaitu Anggit Sukmawati :

“Ok sebenarnya kalau dari usia apakah mempengaruhi ke usia pernikahan atau ngga ke pasangannya atau mungkin hanya usia pacaran itu kan mempengaruhi ya, secara umum komunikasi itu itu yang penting ya, terus kalau udah di usia pernikahan atau yang akan menjalani pernikahan itu kan udah ada *intimacy* ya atau udah ada *attachment* jadi kaya ada kelola *attachment* kaya apa ya dibilangnya ya untuk kedekatan itu kan tidak bisa dateng tiba-tiba, harus adanya hal yang dibangun, mangkanyya komunikasi juga salah satu hal penting, kalau cara mengelola ya dengan cara meluangkan waktu, kebutuhan itu harus dimunculkan terus.” (Anggit Sukmawati, Wawancara Penelitian, Jumat 28 Juni 2019)

Komunikasi sudah menjadi kebutuhan bagi setiap semua individu termasuk bagi pasangan *long distance relationship*. Hal itu dikarenakan setiap orang ingin memenuhi kebutuhan untuk dirinya.

Jika komunikasi sudah dijadikan kebutuhan, pasangan *long distance relationship* pun akan meluangkan waktunya dan mencari cara untuk tetap dapat saling berkomunikasi satu sama lain.

2. Durasi Komunikasi Bagi Pasangan *Long Distance Relationship*

Durasi komunikasi bagi pasangan *long distance relationship* pun beragam, pasangan informan Intan Sartika Putri dan Muhammad Furqon Giarsyah jarang sekali untuk berkomunikasi dan sekalinya berkomunikasi langsung menggunakan telepon hanya lima belas menit, pasangan informan Erzi Utama dan Bela Damayanti dapat berkomunikasi intens pada saat malam hari dan paling lama hanya satu jam, dan pasangan Informan Bagas Wahyu Putra dan Nabila Juliansyah dapat berjam-jam semalaman dengan keadaan telepon tetap tersambung hingga keadaan keduanya sudah tertidur.

Hubungan harmonis pada pasangan tidak dapat terbangun hanya dilihat dari kuantitas atau durasi komunikasi, akan tetapi dilihat dari kualitas komunikasi yang disampaikan dan kebutuhan dari setiap pasangan *long distance relationship* karena kebutuhan komunikasi dari setiap pasangan bisa berbeda-beda dan beragam tergantung pada kebutuhan pasangan itu sendiri. Sebagaimana disampaikan oleh informan pendukung yakni Anggit Sukmawati yaitu :

“Sebenarnya sih gimana kebutuhan pasangan masing-masing ya, ga semuanya selalu harus komunikasi yang panjang, karena masing-masing kan punya gaya interaksi sendiri atau peneterelasi sendiri nah harusnya memang tidak selalu harus panjang. Iya betul ga harus panjang sih memangnya lagian

kalau seharian pun setiap relasi itu kan beda-beda, kaya setau saya yang di staff-staff lapangan juga tidak selalu di ujung hari dan ngobrolnya panjang itu ngga, karena ada yang mereka cuman pagi *video call* 15 menit kaya sebelum kerja terus pas siang hari cuman *ngupdate chatting* ngabarin itu ada juga gitu, nah mungkin itu sebetulnya yang bisa diliat itu bukan kuantitas atau frekuensi sih ya, tapi diliat dari kualitas dari komunikasi itu sendiri.” (Anggit Sukmawati, Wawancara Penelitian, Jumat 28 Juni 2019)

3. Perasaan yang Dihasilkan jika tidak Berkomunikasi dengan Pasangan

Hasil tidak berkomunikasi dengan pasangan dari keenam informan mengatakan hal yang sama yaitu semua informan merasa khawatir dan memikirkan keadaan pasangannya jika tidak berkomunikasi tanpa kabar satu sama lain. Selain itu kebutuhan pasangan *long distance relationship* untuk memenuhi kebutuhannya ialah dengan cara berkomunikasi kepada pasangan, namun saat semua informan sedang tidak berkomunikasi mereka semua merasa tidak terbiasa dengan hal itu dan ingin segera kembali berkomunikasi satu sama lain. Sebagaimana yang dikatakan informan Bagas Wahyu Putra :

“Ya gimana ya itu sih ya biasa kaya kan dia balesnya lama, itu kan kalau balesnya lama kan jadi kaya pikirin yang aneh-aneh gitu padahal kan *chatt* ga ngabisin waktu lama gitu, padahal bisa kan sambil *chatt* kaya gitu, kecuali kalau dia bilang mau kelas kan ga mungkin masa sambil *chattan*.” (Bagas Wahyu Putra, Wawancara Penelitian, Jumat 12 Juli 2019)

Sebagaimana juga yang dikatakan Informan Muhammad Furqon

Giarsyah:

“Kadang kangen, kadang pengen nyoba aja ngontakin Intan gitu,

kadang kalau lagi pengen komunikasi banget pagi-pagi pengen cepet kerja buat cepet ngontakin, kalau kapalnya *record* Furqon keluar nyari *wifi*.” (Muhammad Furqon Giarsyah, Wawancara Penelitian, Jumat 3 Juli 2019)

Pasangan *long distance relationship* yang tidak berkomunikasi selain mereka semua tidak mendapatkan informasi mengenai aktivitas atau yang biasa disampaikan oleh pasangan, kepekaan empati dari masing-masing pun akan muncul kepada pasangannya. Selain itu kesediaan kebutuhan emosional masing-masing dapat semakin berkurang selain jarak fisik yang jauh.

4. Pengelolaan Sebelum Berkomunikasi Intim

Pengelolaan mengungkapkan keintiman komunikasi menghasilkan semua informan utama sebelum melakukan keintiman komunikasi kepada pasangannya beragam, namun terdapat kecenderungan kesamaan pada *gender* di mana informan laki-laki sebelum melakukan komunikasi yang intim kepada pasangan tidak ada pengelolaan apapun dan langsung membicarakan kepada pasangannya, tetapi informan perempuan terdapat pengelolaan yang sama yaitu melihat keadaan situasi diantara keduanya, juga melihat keadaan pasangannya untuk membicarakan keintiman komunikasi yang akan disampaikan dengan keadaan yang baik supaya mudah diterima oleh pasangan laki-lakinya.

Pada dasarnya setiap kebutuhan komunikasi dari setiap pasangan berbeda-beda, kecenderungan perempuan untuk kebutuhan

komunikasinya lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki, maka dari itu informan perempuan lebih berhati-hati dan lebih melihat keadaan baik dirinya juga kepada pasangannya, sedangkan kebutuhan komunikasi laki-laki tidak sebanyak kebutuhan perempuan sehingga informan laki-laki ketika akan melakukan komunikasi intim tidak memerlukan pengelolaan yang dilakukan dan langsung menyampaikan kepada pasangannya.

5. Perasaan yang dihasilkan setelah berkomunikasi

Perasaan yang dihasilkan setelah berkomunikasi semua informan menghasilkan perasaan yang senang dari kelima informan, terutama pada informan perempuan, setelah berkomunikasi kepada pasangannya mereka merasa semua perasaan yang ada di dirinya sudah tersampaikan walau isi pesan tidak intim. Namun berbeda pada informan Muhammad Furqon Giarsyah bahwa ia merasa kurang dan menambah rindu kepada pasangannya walau komunikasi intens melalui telepon dan *video call*, ia lebih ingin bertemu fisik secara langsung dari pada komunikasi yang hanya menggunakan telepon. Lalu informan Erzi Utama ia merasa senang setelah berkomunikasi kepada pasangan, tetapi jika isi pembicaraan yang tidak menyenangkan seperti pasangan marah ia pun menjadi tidak ingin berkomunikasi kepada pasangannya. Berbeda pada Informan Nabila Juliansyah saat waktu tertentu ia lebih membutuhkan untuk *mee time* dari pada berkomunikasi pada pasangannya.

Kebutuhan komunikasi dari semua informan utama menghasilkan hasil yang berbeda-beda. Hal tersebut justru menimbulkan *crash* di dalam lingkup hubungan *long distance relationship*, salah satunya yaitu karena ketidak samaan kebutuhan komunikasi di antara keduanya. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Anggit Sukmawati:

“kadang-kadang yang bikin *crash* itu kebutuhannya ga sama, kaya misalnya istrinya itu lagi butuh gitu tapi suaminya itu lagi ga butuh-butuh amat, jadi tuh masing-masing harus tau kebutuhan komunikasinya, karena kadang itu istrinya atau yang ceweknya ini lebih sering *ngechatt* lebih sering nelfonin tapi kalau yang cowok rata-rata cukup sekali aja deh atau misalnya nah itu gimana cara untuk titik tengahnya ya, apakah ceweknya yang mengurangi terus yang suaminya yang menambah jadi ketemu titik tengahnya gimana gitu.” (Anggit Sukmawati, Wawancara Penelitian, Jumat 28 Juni 2019)

6. Pengungkapan Diri

Pengungkapan diri dari semua informan sebagian sudah melakukan keterbukaan kepada pasangannya walau hal-hal kecil mereka masih belum melakukan keterbukaan diri, tetapi dari semua informan memiliki manajemen keterbukaan diri yang beragam, hal itu mereka lakukan demi menjaga hubungan mereka agar tetap utuh dan menjaga perasaan pasangannya. Seperti Informan Intan Sartika Putri ia lebih menyembunyikan isi emosional perasaan dirinya kepada pasangan, juga informan Bagas Wahyu Putra ia tidak melakukan keterbukaan diri agar menjaga isi perasaan pasangannya. Sehingga semua informan mengenai keterbukaannya beragam dan dapat dilihat dari konteks tertentu saat tidak melakukan keterbukaan

dirinya. Namun saat ketidak terbukaannya mereka diketahui oleh pasangan, kelima informan merasa marah kepada pasangannya dan langsung diselesaikan dengan cara menjelaskannya kepada pasangan.

Membangun *trust* di dalam lingkup pasangan *long distance relationship* tidak mudah dan perlu waktu untuk membangunnya, *trust* terbentuk pada saat fase awal hubungan itu dimulai. Jika *trust* sudah terbentuk sejak lama, maka hal apapun yang terjadi di dalam hubungan tidak menjadi masalah. Namun jika terdapat kebutuhan individu yang sudah terduga dan berbeda di dalam hubungannya, maka terjadinya ketidak terbukaannya dapat terjadi dan menimbulkan permasalahan seperti bertikai di dalam hubungan tersebut jika sudah diketahui oleh pasangannya. Sebagaimana yang dikatakan psikolog informan pendukung yakni Anggit Sukmawati :

“Mm sebenarnya mereka itu kesepakatan mereka itu di awal itu *trust* itu udah kebentuk, artinya bukan pas udah ldr baru *trust* kebentuk, mangkanya pun kalau misal baru nikah pacarannya sebentar cuman sebulan, nikah, terus langsung ldr, pasti berjuang untuk ngebentuk *trust* itu lebih tinggi karena kita baru ngerasa saling kenal nih sama pasangannya, tapi kalau *trust* itu udah kebangun artinya apa ya udah sama-sama tau orang pasangan kita itu kaya gimana dan *trust* itu udah kebangun sebelum ldr itu sebenarnya ga jadi masalah, udah sama-sama deket udah sama-sama ada *trust* gitu ya, beda lagi ceritanya kalau kebutuhannya sama-sama kegoda karena ada kebutuhan itu tadi kalau ada perbedaan kebutuhan yang ga dipenuhi pasangan nah itu biasanya muncul entah cekcok entah bertikai entah ada orang lain.” (Anggit Sukmawati, Wawancara Penelitian, Jumat 28 Juni 2019)

Kesulitan pasangan *long distance relationship* dalam

mengembangkan hubungannya tidak akan muncul jika diantara kedua pasangan saling mengetahui kebutuhan pasangannya. Semua itu dapat dilakukan dengan cara merencanakan aktivitas bersama yang dapat membuat keduanya saling bahagia satu sama lain seperti *last vacation*, *refreshing*, dan kegiatan lainnya yang membuat keduanya saling senang. Sehingga bentuk komunikasi yang dilakukan tidak hanya berkomunikasi melalui *chatt*, telepon ataupun *video call*.

4.2.2 Tujuan dan Maksud *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung

1. Pengelolaan Membangun Hubungan yang Harmonis

Pengelolaan dalam membangun hubungan yang harmonis menghasilkan jawaban yang beragam. Informan Intan Sartika Putri dan Muhammad Furqon Giarsyah mengelola hubungannya dengan cara mengungkap diri dengan keterbukaan dan selalu ingat *goals* hubungannya. Informan Erzi Utama dan Bela Damayanti membangun hubungannya dengan cara membentuk kepercayaan dan bertemu langsung untuk melakukan liburan bersama. Informan Bagas Wahyu Putra dan Nabila Juliansyah membangun dengan cara kepercayaan dan keterbukaan satu sama lain. Sehingga kesamaan dari keenam informan untuk membangun hubungan yang harmonis

yaitu dengan cara membangun kepercayaan di dirinya masing-masing kepada pasangannya. Sebagaimana yang dikatakan informan Bela Damayanti :

“Nah itu kan untuk sekarang udah enak ya udah ada apa aja buat komunikasi kan ada wa ada instagram ada apa aja gitu, yang penting yang utamanya kan komunikasi gitu ya, kadang kan dianya yang nyamper ke jakarta gitu, atau ketemu di tempat kampung gitu, jadi kalau cuman ketemu aja juga kan jadinya bosan gitu. Jadi kalau dari aku si dari hubungan kaya gini itu yang paling penting komunikasi dan percaya aja, udah.” (Bela Damayanti, Wawancara Penelitian, Minggu 23 Juni 2019)

Permasalahan di dalam hubungan *long distance relationship* akan muncul jika *trust* diantara keduanya tidak bertemu. Jangka waktu permasalahan juga akan muncul pada saat fase awal di mana pasangan sedang menjalani fase penyesuaian. Kemudian akan terjadi juga saat di tengah-tengah hubungan tersebut sedang berjalan dan mulai merasakan titik jenuh. Waktu titik jenuh setiap pasangan pun berbeda-beda, ada yang saat di bulan ke tiga, ada juga yang di saat satu tahun, tergantung pada saat individu sudah mulai terbiasa dengan kegiatan rutinitas mereka.

Jika permasalahan di dalam hubungan *long distance relationship* terjadi, dapat diselesaikan salah satunya dengan cara mengetahui dan merasakan langsung di tempat pasangannya berada jika memungkinkan. Namun jika permasalahan hubungan semakin buruk maka dapat diselesaikan dengan melibatkan pihak ketiga atau konselor untuk membantu menyelesaikan permasalahan bagi

pasangan. Bukan kepada orang terdekat seperti orang tua, keluarga juga teman agar tidak terjadinya ketidak netralan.

2. Melakukan Komunikasi tidak Intim

Melakukan komunikasi tidak intim semua informan melakukan hal tersebut karena untuk memenuhi kebutuhan emosional informan dan mengurangi rasa jenuh yang ada di diri semua informan. Sebagaimana disampaikan Informan Muhammad Furqon Giarsyah :

“Ga tau ya, ya karena di sini kerja kan sama bule gitu kadang kan individualis di sini itu, jadi kaya untuk dapet perhatiannya ya ke Intan gitu.” (Muhammad Furqon Giarsyah, Wawancara Penelitian, Rabu 3 Juli 2019)

Dapat dilihat juga bahwa keterbukaan diri semua informan menghasilkan hasil yang sama yakni semua informan melakukan keterbukaan diri kepada pasangannya dengan cara menyampaikan pesan-pesan yang tidak intim secara intens. Hal itu mereka lakukan agar hubungan mereka lebih berwarna dan tidak adanya kebosanan selama berkomunikasi.

Membentuk komunikasi yang intim dapat dilakukan juga dengan cara setiap pasangan mengetahui kebutuhan komunikasi pasangannya baik secara emosional juga fisik, seperti membentuk strategi frekuensi komunikasi, intensitas dan penggunaan media komunikasi. Kemudian untuk membangun hubungan yang harmonis juga dapat dilakukan dengan cara mengetahui bentuk komunikasi pasangan saat pasangan sedang sedih, marah dan bahagia. Jika

sudah mengetahuinya maka pasangan akan memberikan *feedback* yang dapat memenuhi kebutuhan pasangannya.

4.2.3 *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung

1. Pengelolaan Diri saat Emosional tidak Setabil

Pengelolaan diri saat emosional tidak setabil menghasilkan hasil yang beragam. Informan Intan Sartika Putri lebih memedamkan isi emosionalnya ketika sedang berkomunikasi dengan pasangannya, Informan Muhammad Furqon Giarsyah lebih menceritakan emosional dengan cara terbuka ke pasangan mengenai keadaan emosionalnya, Informan Erzi Utama berkomunikasi kepada pasangannya dengan singkat, Informan Bela Damayanti lebih tidak berkomunikasi sama sekali dengan pasangannya, informan Bagas Wahyu Putra lebih membiarkan keadaan emosionalnya untuk kembali normal dengan sendirinya dan informan Nabila Juliansyah sama seperti informan Erzi Utama yaitu tidak berkomunikasi sama sekali dengan pasangan.

Terdapat kesamaan dari semua informan ketika sedang mengalami emosional yang tidak setabil, seperti ketiga informan perempuan yakni informan Intan Sartika Putri, informan Bela Damayanti dan informan Nabila Juliansyah yaitu menghindari dan tidak berkomunikasi kepada pasangannya namun untuk informan

Intan Sartika Putri masih dapat berkomunikasi kepada pasangan dengan cara menutupinya. Sebagaimana yang dikatakan informan

Bela Damayanti :

“Kalau aku lagi *badmood* biasanya si aku ga komunikasi dulu sih a takut dia yang kena imbasnya gitu. Iya jadi mending ga komunikasi dulu lah beberapa jam kalau lagi *badmood* gitu” (Bela Damayanti, Wawancara Penelitian, Minggu 23 Juni 2019)

Sedangkan untuk semua informan laki-laki masih dapat berkomunikasi kepada pasangannya dan emosional masing-masing masih dapat hilang dengan sendirinya. Sebagaimana yang dikatakan informan Erzi Utama :

“Paling ini komunikasi sedikit dulu, paling kan keliatan gitu dari *chattnya* juga sedikit-sedikit gitu, nah itu biasanya dianya jadi sabar gitu ngadepinnya, terus dianya ngebaik-baikin gitu, nanti juga kan pas ketemu mah bakal baik lagi gitu ya, dari *badmood* nanti juga *moodnya* lama kelamaan balik lagi gitu *moodnya*.” (Erzi Utama, Wawancara Penelitian, Kamis 20 Juni 2019)

Terdapat kesamaan lainnya dari keenam informan, yaitu masing-masing pasangan akan melakukan keterbukaan pada diri mereka masing-masing ketika keadaan emosional masing-masing sudah membaik dan mereka semua saling menjelaskan kepada pasangannya mengenai keadaan emosional mereka.

2. Pengelolaan Diri jika Pasangan yang Mengalami Emosional

Pengelolaan yang dilakukan jika pasangan yang mengalami emosional tidak stabil menghasilkan hasil yang sama, yaitu

informan laki-laki lebih dapat bersabar dan berusaha tidak menunjukkan emosional diri mereka sendiri kepada pasangannya, juga berusaha mengembalikan keadaan emosional pasangan dengan cara memberikan solusi. Namun berbeda pada pasangan informan Bagas Wahyu Putra dan Nabila Juliansyah yakni dengan cara membiarkan keadaan emosional pasangan kembali membaik dengan sendirinya dan salah satu dari mereka akan meminta maaf kepada pasangannya.

Seperti yang dikatakan Informan pendukung Anggit Sukmawati bahwa ketika perempuan sedang mengalami emosional yang tidak stabil hal tersebut bukan lah keadaan biasa, seperti keadaan wanita yang sedang mengalami pra menstruasi atau pms. Hal tersebut harus dilakukan hal yang lebih dari pasangan laki-laki untuk memperbanyak frekuensi komunikasi kepada pasangan dan meluangkan waktunya untuk memenuhi kondisi pasangan perempuan yang sedang tidak biasa. Sebagaimana yang dikatakan Anggit Sukmawati :

“Nah biasanya kan itu peranan pra menstruasi ya atau pms gitu untuk perempuan atau lagi hamil itu juga di luar kendalinya nih yang tadinya anteng-anteng aja nih stabil secara emosi tiba-tiba jadi *fluktuatif*, nah itu tuh biasanya si ee apa ya kaya *wayahna* atau pait-paitnya laki-lakinya itu untuk lebih banyak atau intensitas untuk menghubunginya lebih kenceng gitu, kaya atau misalnya kalau emang memungkinkan untuk frekuensi ketemuanya lebih banyak gitu. Itu sih memang mau ga mau ada situasi khusus yang harus diluangkan oleh pasangan untuk memenuhi karena kan kondisinya bukan lagi kondisi biasa gitu.” (Anggit Sukmawati, Wawancara Penelitian, Jumat 28 Juni 2019)

3. Penggunaan Media Komunikasi

Penggunaan media komunikasi semua informan utama menghasilkan hasil yang sama yaitu semua lebih sering menggunakan media komunikasi *whatsapp*, beberapa pasangan informan ada yang menggunakan media sosial seperti Instagram tetapi tidak dijadikan sebagai media komunikasi utama mereka karena *whatsapp* sendiri dalam penggunaannya sangat mudah dan ringan dalam pemakaian kuota dibandingkan media komunikasi lain seperti *line*. Selain itu untuk menelepon dan *video call whatsapp* lebih baik dan lancar baik audio dan visual dibandingkan dengan *line*. Selain itu banyak pengguna media komunikasi yang sudah beralih ke penggunaan *whatsapp* sehingga alasan beberapa informan beralih menggunakan komunikasi dari *line* ke *whatsapp* karena sudah banyak peralihan penggunaan media komunikasi.

4. Kendala Teknis yang dialami

Kendala teknis yang dialami semua informan menghasilkan hasil yang sama yaitu gangguan jaringan di salah satu tempat pasangannya. Pengelolaan ketika mengalami kendala teknis dari semua informan menghasilkan cara yang beragam. Pasangan informan Intan Sartika Putri dan Muhammad Furqon Giarsyah memilih *timing* mereka untuk berkomunikasi pada saat siang waktu bagian Indonesia dan pagi waktu bagian Eropa karena Informan Muhammad Furqon Giarsyah yang bekerja lebih lama berada di laut

sehingga menunggu Furqon untuk berada di darat saat pagi waktu bagian Eropa. Lalu pasangan informan yakni Erzi Utama dan Bela Damayanti memilih menggunakan VPN (*virtual private network*) untuk mereka tetap bisa berkomunikasi dengan lancar. Kemudian pasangan informan yakni Bagas Wahyu Putra dan Nabila Juliansyah lebih memilih untuk menunggu sinyal jaringan mereka kembali normal.

Peran media komunikasi bagi pasangan *long distance relationship* sangat penting, karena hanya media komunikasi lah pasangan *long distance relationship* dapat saling berkomunikasi. Semakin banyak media komunikasi yang digunakan, semakin banyak strategi bagi pasangan *long distance relationship* agar tetap bisa saling berkomunikasi walau terjadi kendala-kendala lain.

Sebagaimana yang dikatakan Anggit Sukmawati :

“Ya itu jelas penting ya itu kan jadi apa ya kalau ga ada alat bantu itu ya mereka mau pake alat bantu apa buat komunikasi, ga kebayang juga sih. Harusnya semakin banyak peralatan yang bisa digunakan strateginya harus semakin banyak gitu. Sama aja ketika kita mau benerin pintu kalau cuman pake tangan kosong ya kita mau bisa apa, tapi beda lagi kalau punya obeng punya tang punya linggis punya bor kan strategi buat benerin itu makin banyak gitu itu sih asosiasinya kalau itu ya semakin banyak alat tukar komunikasi semakin banyak strategi.” (Anggit Sukmawati, Wawancara Penelitian, Jumat 28 Juni 2019)

4.3 Pembahasan Hasil Penelitian

Telah dibahas pada bab sebelumnya mengenai metode penelitian, bahwa penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif metode deskriptif dengan judul penelitian *Self Disclosure Pasangan Long Distance Relationship* (Studi Deskriptif Mengenai *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung).

Hasil penelitian terlihat bahwa *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung sudah melakukan pengungkapan diri kepada pasangannya masing-masing setelah peneliti mewawancarai keenam informan utama di lapangan.

Self Disclosure atau pengungkapan diri merupakan tentang pikiran, perasaan dan perilaku seseorang atau tentang orang lain yang sangat dekat yang sangat dipikirkannya. Tingkat kedalaman pengungkapan diri seseorang juga bergantung pada situasi dan orang yang diajak untuk berinteraksi. Jika orang yang berinteraksi dengan menyenangkan dan membuat merasa aman serta dapat membangkitkan semangat maka kemungkinan bagi individu untuk lebih membuka diri amatlah besar. (Devito, 2011: 62)

Komunikasi tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Dapat dikatakan komunikasi bagian dari kebutuhan semua seorang. Para ahli berpendapat bahwa salah satu alasan seseorang berkomunikasi adalah untuk memperoleh informasi dan mengetahui terhadap suatu yang menarik perhatian sekaligus berinteraksi dengan orang lain. Seperti yang dikatakan Pearson dan Nelson yang dikutip oleh Rohim menyebutkan komunikasi sebagai transaksi bahwa: “Komunikasi adalah

proses memahami dan berbagi makna. Sama halnya dengan pendapat Tubbs dan Moss komunikasi adalah proses pembentukan makna di antara dua orang atau lebih". (Rohim, 2009: 10)

Pasangan *long distance relationship* mempunyai Intensitas Komunikasi *Self Disclosure* juga Tujuan dan Maksud *Self Disclosure* dalam membangun hubungan yang harmonis. Berikut pembahasan yang didapat oleh peneliti:

4.3.1 Intensitas Komunikasi *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung

Pengelolaan Waktu Komunikasi Bagi Pasangan *Long Distance Relationship* (Frekuensi) yang dilakukan keenam informan pasangan *long distance relationship* untuk berkomunikasi kepada pasangan sangat beragam, di mana keempat informan pasangan yang sudah bekerja melakukan komunikasi di saat waktu mereka sedang lengang baik melalui *chatt*, telepon dan *video call*, namun pada satu pasangan *long distance relationship* yakni informan Bagas Wahyu Putra dan Nabila Juliansyah yang keduanya sebagai mahasiswa dan mahasiswi lebih mempunyai banyak waktu untuk dapat saling berkomunikasi.

Setiap pasangan jika sudah mempunyai *intimacy* satu sama lain maka akan selalu mempunyai cara atau *attachment* untuk tetap dapat saling berkomunikasi dengan cara meluangkan waktu. Seperti yang dikatakan informan pendukung sebagai psikolog bahwa pengelolaan

waktu komunikasi bagi pasangan akan tetap ada jika keduanya sudah mempunyai *intimacy* yang dibangun dengan cara berkomunikasi.

Sebagaimana yang diungkapkan oleh Devito yang dikutip oleh Budyatna (2004: 7.13) bahwa di dalam dimensi *self disclosure* terdapat Ukuran *Self Disclosure*, di mana pengungkapan diri seseorang dapat dilihat dari frekuensi seseorang melakukan *Self Disclosure* dan durasi pesan-pesan yang bersifat *Self Disclosure*, yakni waktu yang diperlukan untuk menyatakan pengungkapan diri tersebut.

Menurut peneliti pengelolaan waktu komunikasi semua informan sudah mempunyai pengelolaan dengan caranya masing-masing dan sesuai pada teori di atas. Di mana semua informan sudah mempunyai *intimacy* sehingga semua informan tetap dapat saling berkomunikasi satu sama lain bersama pasangan dengan cara mengetahui jadwal dan aktivitas setiap pasangan sehingga mereka tetap menyempatkan waktu untuk berkomunikasi walau mempunyai kepadatan aktivitasnya masing-masing.

Durasi komunikasi yang dihasilkan pada pasangan informan yang sudah bekerja mempunyai durasi komunikasi yang tidak lama. Berbeda pada pasangan *long distance relationship* yang keduanya mahasiswa dan mahasiswi mempunyai durasi waktu yang cukup lama bahkan menghasilkan waktu komunikasi hingga berjam-jam. Namun hasil durasi komunikasi yang dihasilkan menurut informan pendukung yakni psikolog bahwa durasi komunikasi tidak dapat dijadikan tolak ukur

membangun hubungan yang harmonis dengan hanya melihat kuantitas atau durasi waktu komunikasi pasangan. Tetapi dapat dilihat juga pada kualitas komunikasi yang disampaikan pada pasangan. Selain itu kebutuhan komunikasi setiap pasangan *long distance relationship* juga berbeda-beda bergantung pada kebutuhan komunikasi dari setiap pasangan.

Menurut Devito yang dikutip oleh Budyatna (2004: 7.13) disebutkan bahwa di dalam dimensi *self disclosure* terdapat Valensi *Self Disclosure* yaitu sebuah kualitas positif dan negatif dari *Self Disclosure*. Kita dapat mengungkapkan diri dengan baik dan menyenangkan (*Self Disclosure* positif), atau dengan tidak baik dan tidak menyenangkan (*Self Disclosure* negatif). Kualitas ini akan menimbulkan dampak yang berbeda, baik pada orang yang menangkap diri maupun pada pendengarnya.

Sebagaimana mana juga pengertian pada Ukuran *Self Disclosure* yaitu selain frekuensi juga terdapat durasi pesan-pesan yang bersifat *Self Disclosure*, yakni waktu yang diperlukan untuk menyatakan pengungkapan diri tersebut. (Budyatna, 2004: 7.13)

Berdasarkan hasil durasi komunikasi pada pasangan *long distance relationship*, menurut peneliti kebutuhan lamanya waktu komunikasi setiap pasangan sangat beragam, kebutuhan komunikasi semua informan pun berbeda-beda, terdapat durasi komunikasi pasangan yang sangat sebentar yakni paling lama hanya sejam, terdapat juga pasangan yang durasi komunikasi hingga semalaman. Sehingga terbangunnya hubungan

yang harmonis tidak hanya dilihat dari durasi komunikasi, hal tersebut bergantung pada kebutuhan setiap individu, kebutuhan pasangan, kepadatan aktivitas setiap pasangan, lamanya hubungan, kualitas yang disampaikan oleh pasangan, juga keharmonisan di dalam hubungannya.

Perasaan yang dihasilkan jika tidak Berkomunikasi dengan Pasangan Semua informan saat sedang tidak berkomunikasi kepada pasangan menghasilkan kekhawatiran yang ada di pikiran dan perasaan mereka dan menghasilkan keinginan untuk tetap dapat berkomunikasi kepada pasangannya. Hal itu terjadi karena frekuensi komunikasi mereka sudah terbiasa selalu terjalin walau durasi komunikasi pasangan tidak banyak. Seperti yang dikatakan oleh psikolog informan pendukung bahwa jika pasangan tidak berkomunikasi maka setiap individu tidak mendapatkan informasi apapun dari pasangannya dan akan menghasilkan kebutuhan emosional yang semakin berkurang.

Sebagaimana pada pengertian Ukuran *Self Disclosure* yaitu frekuensi komunikasi *self disclosure* dan durasi komunikasi *self disclosure*, di mana setiap individu mempunyai keseringan dalam berkomunikasi dan lamanya saat berkomunikasi. Maka menurut peneliti hal tersebut sangat berpengaruh bagi pasangan *long distance relationship* di mana pasangan *long distance relationship* sudah mempunyai frekuensi yang sesuai dengan kebutuhannya, namun ketika pasangan tidak berkomunikasi kepada pasangannya maka hal itu dapat membuat pasangan menjadi tidak tenang dan merasa kebutuhan emosional kepada

pasangan menjadi tidak terpenuhi, sehingga menurut peneliti kesediaan komunikasi bagi pasangan *long distance relationship* sangat penting dilakukan untuk terbangunnya hubungan yang harmonis walaupun frekuensi dan durasi komunikasi yang dijalani tidak banyak dan tidak lama.

Pengelolaan Sebelum Berkomunikasi Intim kepada pasangannya menghasilkan hasil yang berbeda antara informan perempuan dan informan laki-laki, di mana informan perempuan lebih mempunyai pengelolaan yang baik seperti melihat situasi dan keadaan emosional dari pasangannya. Namun informan laki-laki tidak ada pengelolaan sama sekali di mana informan laki-laki sebelum melakukan komunikasi intim kepada pasangan langsung membicarakannya tanpa ada hal yang diperhatikan.

Hasil mengenai pengelolaan pasangan sebelum melakukan komunikasi intim kepada pasangan dari informan pendukung bahwa kebutuhan komunikasi antara laki-laki dan perempuan berbeda. Di mana kebutuhan komunikasi perempuan lebih banyak sehingga perempuan lebih memperhatikan situasional sebelum berkomunikasi intim kepada pasangannya kemudian kebutuhan komunikasi laki-laki tidak sebanyak kebutuhan perempuan sehingga laki-laki langsung menyampaikan pesan kepada pasangannya.

Menurut Devito yang dikutip Budyatna (2004: 7.13) mengemukakan salah satu faktor yang mempengaruhi *Self Disclosure* yaitu Jenis

Kelamin. Banyak riset menunjukkan bahwa wanita lebih membuka dirinya dibandingkan pria. Ada yang menarik dalam melihat kecenderungan melakukan *Self Disclosure* antara wanita dan pria. Wanita lebih banyak mengungkapkan dirinya pada orang yang ia sukai, sedangkan pria lebih banyak pada orang yang ia percayai. Adapun pada Dimensi *Self Disclosure* yaitu Tujuan atau Maksud *Self Disclosure*, Kita akan menyingkapkan apa yang kita tujukan untuk disingkapkan. Maka kita akan sadar mengontrol *Self Disclosure* yang kita lakukan.

Menurut peneliti peran *gender* di dalam hubungan pasangan *long distance relationship* dalam pengelolaan sebelum melakukan komunikasi intim terdapat perbedaan sebelum mereka menyampaikan pesannya kepada pasangan walau hubungan sudah berjalan lama dan juga kebiasaan dari setiap individu yang berbeda-beda. Di mana laki-laki tidak ada pengelolaan dan tidak ada kontrol dalam melakukan *self disclosure* kepada pasangannya, mereka cenderung langsung mengutarakan apa yang mau mereka ungkapkan. Berbeda pada perempuan yaitu mempunyai pengelolaan dan mempunyai kontrol diri dalam melakukan *self disclosure* kepada pasangannya.

Perasaan yang dihasilkan setelah berkomunikasi menghasilkan hasil yang beragam, tetapi secara keseluruhan semua informan merasa sangat senang jika sehabis komunikasi bersama pasangan. Hanya saja terdapat informan Muhammad Furqon Giarsyah yang merasa kurang dan menambah rasa rindu pada dirinya jika hanya komunikasi melalui *chatt*

ataupun *video call*, terdapat juga informan Erzi Utama yang tidak senang jika setelah berkomunikasi bersama pasangan isi dari pembicaraannya mengenai hal yang dapat hubungan mereka menjadi *crash*. Juga informan Nabila Juliansyah yang justru karena terlalu intens berkomunikasi kepada pasangan di waktu tertentu ia lebih ingin menyendiri atau *me time*. Adapun menurut informan pendukung mengenai kebutuhan komunikasi setiap individu berbeda-beda di setiap pasangan. Adanya perbedaan kebutuhan komunikasi setiap individu justru dapat menimbulkan *crash* di dalam suatu hubungan *long distance relationship*.

Menurut Devito yang dikutip Budyatna (2004: 7.13) mengemukakan tentang Valensi *Self Disclosure* yaitu sebuah kualitas positif dan negatif dari *Self Disclosure*. Kita dapat mengungkapkan diri dengan baik dan menyenangkan (*Self Disclosure* positif), atau dengan tidak baik dan tidak menyenangkan (*Self Disclosure* negatif). Kualitas ini akan menimbulkan dampak yang berbeda, baik pada orang yang menungkapkan diri maupun pada pendengarnya.

Menurut peneliti, dalam *self disclosure* bagi pasangan *long distance relationship* akan menghasilkan hasil kualitas yang beragam, tergantung pada isi pesan dan kebutuhan dari setiap individu masing-masing. Suatu proses *self disclosure* dapat menghasilkan *feedback* yang beragam. Terutama bagi pasangan *long distance relationship* yang tidak bisa bertemu secara fisik akan menghasilkan valensi kualitas yang beragam

baik positif ataupun negatif kepada pasangan dari hasil pengungkapan dirinya masing-masing.

Adapun sebelum mereka saling berkomunikasi dapat disesuaikan pada kebutuhan masing-masing, jika terdapat perbedaan kebutuhan justru akan menimbulkan ketidak harmonisan di dalam hubungan, namun jika disesuaikan dengan kebutuhan maka akan menimbulkan rasa saling memenuhi kebutuhan emosional mereka dan rasa senang dari setiap individu kepada pasangannya.

Pengungkapan diri semua informan secara keseluruhan sudah melakukan keterbukaan kepada pasangannya, hanya saja pada konteks dan momen tertentu sebagian informan menutupinya demi menjaga hubungan agar tetap harmonis dan menjaga isi perasaan pasangan. Ketika ketidak terbukaan mereka diketahui oleh pasangan, semua informan langsung menjelaskan hal tersebut kepada pasangan. Namun jika ketidak terbukaan dari pasangan yang diketahui, mereka semua merasa kesal, akan tetapi mereka semua kembali membaik jika hal tersebut dijelaskan kembali oleh pasangannya.

Adapun hasil kesulitan pasangan *long distance relationship* dalam mengembangkan hubungan menurut informan pendukung bahwa kesulitan pada pasangan *long distance relationship* tidak akan muncul jika diantara kedua pasangan saling mengetahui kebutuhan satu sama lain dan melakukan kegiatan aktivitas bersama dengan cara bertemu secara langsung yang dapat membuat keduanya saling bahagia satu sama

lain.

Sebagaimana pendapat Budyatna dan Gariem (2011: 36) menyebutkan bahwa :

“Hubungan merupakan sejumlah harapan yang dua orang miliki bagi perilaku mereka didasarkan pada pola interaksi antara mereka. Hubungan antarpribadi dapat didefinisikan sebagai serangkaian interaksi antara dua individu yang saling kenal satu sama lain.”

Adapun menurut Devito (2011: 57) terdapat Johari Window yang menjelaskan tentang kesadaran diri dan keterbukaan diri seseorang sebagai berikut :

1) Daerah Terbuka (*Open Self*)

Daerah Terbuka (*Open Self*) berisikan semua informasi, perilaku, sikap perasaan, keinginan, motivasi, gagasan dan sebagainya yang diketahui oleh diri sendiri dan oleh orang lain. Daerah terbuka masing-masing orang akan berbeda-beda besarnya bergantung pada dengan siapa orang ini berkomunikasi.

2) Daerah Buta (*Blind Self*)

Daerah Buta (*Blind Self*) berisikan informasi tentang diri kita yang diketahui orang lain tetapi kita sendiri tidak mengetahuinya. Sebagian orang mempunyai daerah buta yang luas dan tampaknya tidak menyadari berbagai kekeliruan yang dibuatnya.

3) Daerah Gelap (*Unknown Self*)

Daerah Gelap (*Unknown Self*) adalah bagian dari diri kita yang tidak diketahui baik oleh kita sendiri maupun oleh orang lain. Ini

adalah informasi yang tenggelam di alam bawah sadar atau sesuatu yang luput dari perhatian.

4) Daerah Tertutup (*Hidden Self*)

Daerah Tertutup (*Hidden Self*) mengandung semua hal yang anda ketahui tentang diri sendiri dan tentang orang lain tetapi anda simpan hanya untuk anda sendiri. Ini adalah daerah tempat anda merahasiakan segala sesuatu tentang diri sendiri dan tentang orang lain. (Devito, 2011: 57)

Menurut peneliti secara keseluruhan semua informan sudah melakukan keterbukaan diri dan membangun hubungan mereka agar tetap harmonis dengan caranya masing-masing, di mana saat berkomunikasi semua informan selalu terbuka dan memberi tahu kegiatan, kejadian, aktivitas, meluapkan emosional dan bercerita mengenai semua konteks yang mereka bicarakan secara terus menerus kepada pasangannya. **Di fase ini** semua informan termasuk pada **Daerah Terbuka (*Open Self*)**. Walaupun ketidak terbukaan mereka diketahui oleh pasangan, mereka semua langsung menjelaskan hal tersebut.

Keterbukaan semua informan dilakukan karena untuk melindungi dan mengcover dirinya dari ketidak terbukaan kepada pasangan. Beberapa informan melakukan ketidak terbukaan tentang aktivitasnya bersama seseorang yang membuat pasangan menjadi marah sehingga hal tersebut ditutupinya, **Fase ini** termasuk pada **Daerah Tertutup (*Hidden Self*)** di mana pasangan menyembunyikan aktivitasnya untuk menjaga

hubungan tetap harmonis bersama pasangannya.

Terdapat juga pada informan Intan Sartika ia lebih menyembunyikan mengenai isi perasaannya, akan tetapi pasangannya Muhammad Furqon mengetahui hal tersebut hingga akhirnya Furqon menanyakan keadaan perasaan Intan Sartika. **Di fase ini** termasuk pada **Daerah Buta (*Blind Self*)** di mana Intan Sartika berusaha menyembunyikan isi perasaan dirinya kepada Muhammad Furqon namun Muhammad Furqon mengetahui keadaan perasaan pasangan yang dapat dilihat perbedaan pada gaya komunikasi Intan Sartika yang sudah diketahui oleh Muhammad Furqon. Sehingga **keterbukaan** pasangan *long distance relationship* termasuk di **tiga daerah** pada **Johari Window** yaitu **Daerah Terbuka (*Open Self*)**, **Daerah Buta (*Blind Self*)** dan **Daerah Tertutup (*Hidden Self*)**.

Bahasa tubuh non verbal yang dilakukan ketiga informan yaitu Intan Sartika, Erzi Utama dan Bagas Wahyu Putra mempunyai berbagai bentuk gerak dan mimik wajah. Di mana Intan Sartika saat bicara sering melihat pandangan menuju ke kiri atas dan ke depan, juga tempo bicara yang cenderung lama di mana ia terlihat beberapa informasi yang disampaikan terdapat informasi yang disembunyikan bersama pasangannya. Begitupun Bagas Wahyu Putra ia lebih terlihat kebingungan dan sedikit berfikir untuk menyeleksi informasi-informasi yang harus ia sampaikan. Berbeda pada Erzi Utama ia sangat terlihat jujur dan terbuka ketika menyampaikan informasinya, dapat dilihat pada

intonasi bicara Erzi yang sedikit bergetar dan pelan sehingga Erzi menyampaikan semua informasinya dengan terbuka dan jujur. Maka menurut peneliti ketiga informan sangat beragam dalam menyampaikan keterbukaan dirinya pada bahasa tubuh non verbal yang diperhatikan selama proses wawancara berlangsung dan tidak bisa dikatakan bahwa informan perempuan lebih terbuka sedangkan informan laki-laki lebih tertutup ataupun sebaliknya, semua bergantung pada kondisi individu dan konsep diri individu yang berbeda-beda saat menyampaikan informasinya.

Peneliti juga mewawancarai salah satu sahabat terdekat Intan Sartika yaitu Adham Januar bahwa selama berteman bersama Intan, ia selalu terbuka kepada pasangannya yaitu Muhammad Furqon di mana ketika Intan dan Adham akan jalan bersama Intan selalu memberitahu kepada pasangan sampai Furqon sudah cukup mengenal dekat kepada Adham.

Adapun hasil mengenai kepercayaan dari informan pendukung bahwa kepercayaan di dalam lingkup pasangan *long distance relationship* dibangun pada saat fase awal di mana hubungan baru dimulai. Jika kepercayaan sudah terbentuk sejak lama maka hal apapun yang terjadi di dalam hubungan tidak menjadi masalah. Namun jika terdapat kebutuhan individu yang sudah tergoda dan berbeda di dalam hubungannya, maka terjadinya ketidak terbukaannya dapat terjadi dan menimbulkan permasalahan di dalam hubungan.

Menurut Joseph Devito (2011: 233) tahapan hubungan yang harus

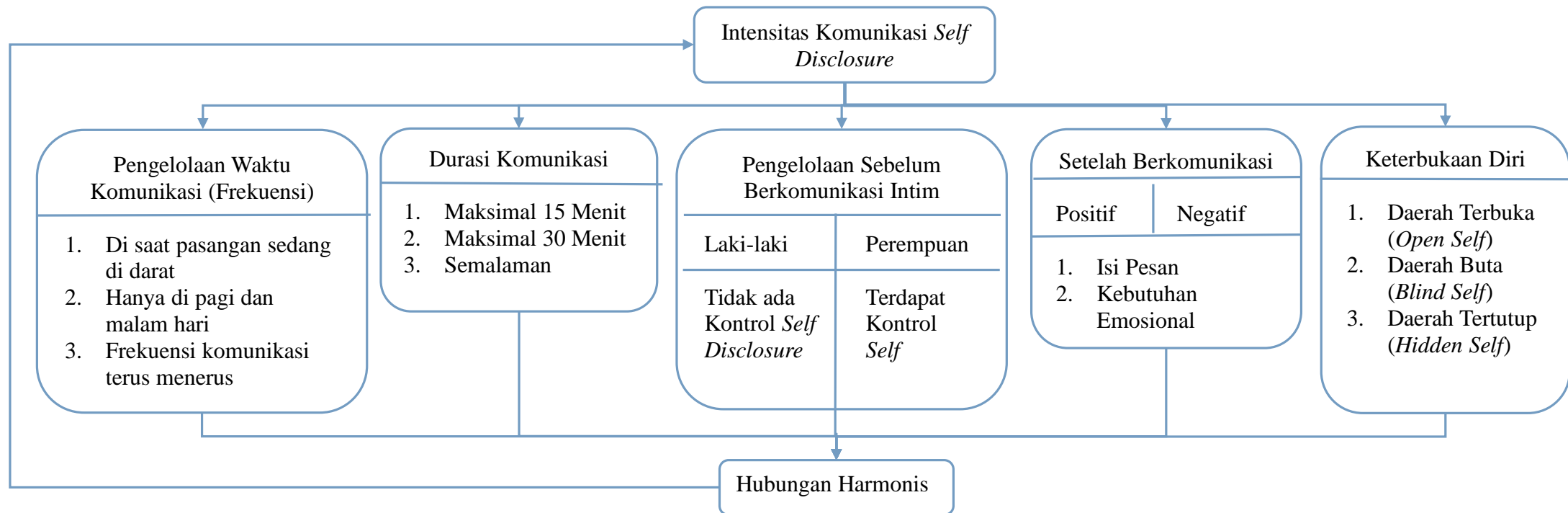
dilalui :

- I. Kontak. Pada tahap pertama kita membuat kontak. Ada beberapa macam persepsi alat indra yaitu melihat, mendengar dan membaui seseorang. Selama tahap inilah dalam empat menit pertama interaksi awal seseorang memutuskan apakah ingin melanjutkan hubungannya atau tidak.
- II. Keterlibatan. Tahap ini adalah tahap pengenalan lebih jauh, ketika seseorang mengikatkan diri untuk lebih mengenal orang lain dan juga mengungkapkan dirinya.
- III. Keakraban. Pada tahap keakraban seseorang mengikat dirinya lebih jauh pada orang lain. Seseorang mungkin membina hubungan primer (*primary relationship*) di mana orang lain akan menjadi sahabat atau kekasihnya.
- IV. Perusakan. Dua tahap berikutnya merupakan penurunan hubungan, ketika ikatan di antara kedua pihak melemah. Pada tahap ini seseorang mulai merasa bahwa hubungannya sudah tidak penting apa yang dipikirkannya saat sebelumnya.
- V. Pemutusan. Tahap pemutusan adalah pemutusan ikatan yang mempertalikan kedua pihak. Jika bentuk ikatan itu adalah perkawinan maka hubungan dilambangkan dengan perceraian

Menurut peneliti semua informan sudah melakukan keterbukaan kepada pasangannya secara keseluruhan, hanya saja pada konteks tertentu beberapa informan tidak terbuka kepada pasangan, namun kepercayaan setiap informan kepada pasangannya sangat baik dan sudah saling memercayai satu sama lain. Pada dasarnya ketika pasangan melakukan ketidak terbukaan yang bersifat mengenai emosional, mereka melakukan hal tersebut demi membangun hubungannya yang harmonis.

Gambar 4.8

Intensitas Komunikasi *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung



Sumber: Peneliti 2019

4.3.2 Tujuan dan Maksud *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung

Pengelolaan Membangun Hubungan yang Harmonis dilakukan semua informan dalam membangun hubungan yang harmonis yaitu dengan cara membangun kepercayaan di dirinya masing-masing kepada pasangannya. Permasalahan di dalam hubungan *long distance relationship* juga muncul saat kepercayaan keduanya tidak bertemu. Jangka waktu permasalahan yang akan timbul juga akan muncul di saat fase awal hubungan berjalan di mana pasangan sedang menjalani fase penyesuaian. Dapat terjadi juga saat di tengah-tengah hubungan tersebut sedang berjalan dan mulai merasakan titik jenuh.

Jika permasalahan di dalam hubungan *long distance relationship* terjadi, dapat diselesaikan dengan cara mengetahui dan merasakan langsung di tempat pasangannya berada jika memungkinkan. Namun jika permasalahan hubungan semakin memburuk maka dapat diselesaikan dengan melibatkan pihak ketiga atau konselor untuk membantu menyelesaikan permasalahan bagi pasangan.

Menurut Budyatna (2011: 156) pemeliharaan hubungan dapat dilakukan sebagai berikut :

- 1) Keramah Tamahan dan Kasih Sayang. Yakni melibatkan selalu bersama-sama karena mereka mengalami kegembiraan atau kesenangan secara bersama-sama

- 2) Kepercayaan. Kepercayaan ialah menempatkan kepercayaan atau *confidence* kepada yang lain sedikit banyak hampir selalu melibatkan beberapa risiko.
- 3) Pengungkapan diri. Melalui berbagi perasaan dan proses pengungkapan diri yang sangat pribadi orang benar-benar dapat mengetahui dan mengerti satu sama lain.
- 4) Tanggung Jawab. Hubungan yang akrab memerlukan tanggung jawab yang mendalam

Menurut peneliti semua informan dalam membangun hubungan yang harmonis sudah sesuai pada teori di atas di mana semua pasangan *long distance relationship* saling memberikan kepercayaan dan keterbukaan diri satu sama lain ketika terdapat masalah satu sama lain sehingga pasangan tetap dapat membangun dan terjalin hubungan yang harmonis, hal tersebut dapat dilihat ketika semua informan mengalami masalah di dalam hubungannya, mereka semua memberikan penjelasan dan keterbukaan kepada pasangannya juga di setiap intensitas komunikasi mereka melakukan keterbukaan diri mereka masing-masing.

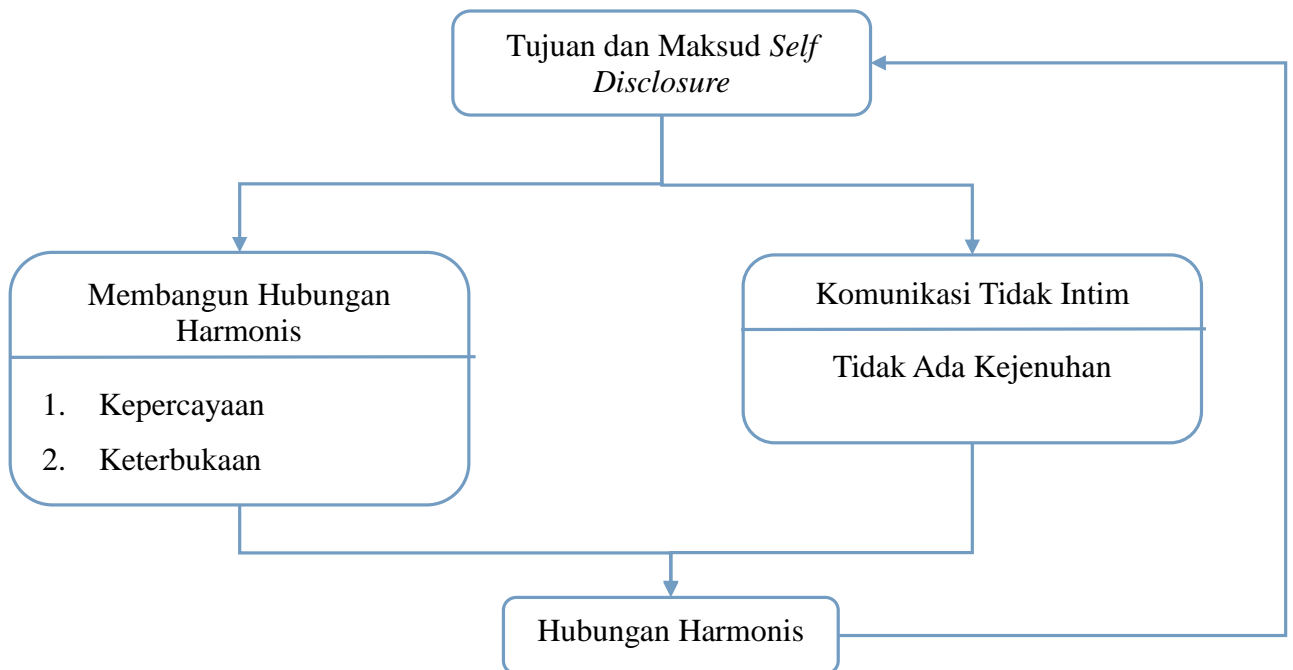
Melakukan Komunikasi tidak Intim di dalam frekuensi dan durasi komunikasi semua informan dikarenakan agar tidak adanya kejenuhan di dalam hubungan tersebut. Menurut informan pendukung membentuk komunikasi yang intim dapat dilakukan juga dengan cara mengetahui kebutuhan komunikasi pasangan secara emosional dan fisik, seperti membentuk strategi frekuensi komunikasi, intensitas dan penggunaan

media komunikasi. Kemudian untuk membangun hubungan yang harmonis dapat dilakukan dengan cara mengetahui bentuk komunikasi pasangan saat pasangan sedang sedih, marah dan bahagia.

Sebagaimana menurut Devito yang dikutip Budyatna (2004: 7.13) mengemukakan tentang Dimensi *self disclosure* pada Keintiman *Self Disclosure* yaitu Individu dapat menyingkapkan hal-hal yang intim dalam hidupnya atau hal yang dianggap sebagai feriferal atau impersonal atau hal-hal yang terletak antara feriferal atau impersonal.

Menurut peneliti semua informan sudah melakukan keterbukaan diri dan membangun hubungan yang harmonisnya masing-masing dengan cara melakukan komunikasi yang tidak intim seperti selalu melakukan interaksi candaan di dalam kegiatan komunikasi bersama pasangan di tengah-tengah komunikasi intimnya di mana semua informan selalu berkomunikasi mengenai semua kehidupannya baik yang penting dan pesan yang tidak intim secara rutin dengan disesuaikan pada kebutuhan komunikasi dari setiap pasangan dan dirinya.

Gambar 4.9
Tujuan dan Maksud *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance*
***Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota**
Bandung



Sumber: Peneliti 2019

4.3.3 *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung

Pengelolaan Diri saat Emosional tidak Setabil semua informan utama ketika menghadapi emosional yang tidak setabil menghasilkan hasil perbedaan pada informan perempuan dan informan laki-laki di mana informan perempuan lebih menghindari diri dan tidak berkomunikasi kepada pasangan dalam sementara waktu di mana fase ini termasuk pada Daerah Tertutup (*Hidden Self*), sedangkan informan laki-laki sangat jarang mengalami ketidak setabilan emosi, jika mengalami emosional yang sedang tidak setabil informan laki-laki cenderung lebih cepat kembali normal dan tetap dapat berkomunikasi kepada pasangannya. Kemudian semua informan ketika menghadapi pasangannya yang sedang mengalami keadaan emosional yang tidak setabil menghasilkan hasil bahwa informan laki-laki lebih dapat bersabar dan berusaha tidak menunjukkan emosional diri mereka sendiri kepada pasangannya dan termasuk di Daerah Tertutup (*Hidden Self*), juga berusaha mengembalikan keadaan emosional pasangan dengan cara memberikan solusi.

Menurut informan pendukung Anggit Sukmawati bahwa ketika perempuan sedang mengalami emosional yang tidak setabil hal tersebut bukan keadaan biasa di mana pasangan laki-laki harus memberikan perhatian lebih dan memperbanyak frekuensi komunikasi dan meluangkan waktu untuk memenuhi kondisi pasangan perempuan yang

sedang tidak biasa.

Menurut Devito yang dikutip Budyatna (2004: 7.13) mengemukakan tentang Dimensi *self disclosure* pada Tujuan atau Maksud *Self Disclosure* yaitu Individu akan menyingkapkan apa yang ditujukan untuk diungkapkan, sehingga dengan sadar individu tersebut dapat mengontrol *self disclosure*. Dalam hal ini, mengenai penyingkapan perasaan terkadang seseorang berfikir secara spontan melibatkan *emotional* yang terkadang kurang terkontrol.

Setiap individu pada pasangan *long distance relationship* mempunyai tujuan saat akan melakukan *self disclosure*, dengan situasi emosional yang beragam dapat menghasilkan kontrol diri yang beragam. Penyingkapan ungkapan yang tak terkendali dan didominasi oleh situasional pasangan akan tidak sesuai dengan tujuan dari pengungkapannya.

Menurut peneliti semua informan laki-laki ketika sedang mengalami ketidak setabilan emosional sudah dapat mengontrol diri mereka dengan baik dibandingkan informan perempuan di mana informan perempuan ketika sedang mengalami emosional yang tidak setabil cenderung lebih dikuasai oleh emosionalnya dan menghindar untuk tidak berkomunikasi. Kemudian informan laki-laki tetap dapat memberikan perhatian lebih jika pasangan informan perempuan yang sedang mengalami ketidak setabilan emosi dengan cara tetap saling berkomunikasi.

Pengelolaan Diri jika Pasangan yang Mengalami Emosional

yang dilakukan informan laki-laki lebih dapat bersabar dan berusaha tidak menunjukkan emosional diri mereka sendiri kepada pasangan dan berusaha mengembalikan keadaan emosional pasangan dengan cara memberikan solusi dan fase ini termasuk pada Daerah Tertutup (*Hidden Self*). Lalu bagi pasangan informan I dan II dengan cara membiarkan keadaan emosional pasangan kembali membaik dengan sendirinya. Hasil menurut Informan pendukung Anggit Sukmawati bahwa ketika emosional perempuan sedang tidak stabil, laki-laki lah yang berperan dalam memberikan perhatian dan pengertian lebih kepada perempuan.

Menurut Canary dan Stafford di dalam buku Mulyana (2008: 214) terdapat dua pemeliharaan hubungan yang berhasil dalam jangka panjang adalah :

- 1) Positivitas. Bekerja sama, gembira, optimistik, tidak mengkritik, sabar dan pemaaf, mencoba membangun penghargaan diri orang lain
- 2) Keterbukaan. Mendorong penyingkapan pikiran dan perasaan orang lain, menyatakan perasaan sendiri tentang hubungan, mendiskusikan kualitas hubungan juga keputusan-keputusan.

Menurut peneliti semua informan dapat mengelola hubungan dengan baik dengan cara dari pasangan laki-laki yang lebih memberikan pengertian dan perhatian lebih kepada pasangannya.

Penggunaan media komunikasi semua informan menggunakan

media *whatsapp* sebagai media komunikasi mereka bersama pasangan, dikarenakan penggunaan aplikasi media komunikasi *whatsapp* lebih mudah digunakan dan tidak menghabiskan kuota bagi mereka dibandingkan aplikasi lain seperti *instagram* dan *line*. **Kendala teknis** yang dialami pun sangat jarang, hanya pada saat jaringan yang sedang tidak stabil sehingga kendala teknis yang memang berasal dari *whatsapp* sangat jarang dialami bagi semua informan. Jika terjadi kendala teknis lainnya semua informan tetap mempunyai cara masing-masing agar tetap dapat berkomunikasi seperti penggunaan bantuan *vpn* (*virtual private network*), mengatur waktu mereka untuk berkomunikasi dan membiarkan jaringan kembali normal.

Menurut informan pendukung peran media komunikasi bagi pasangan *long distance relationship* sangat penting, karena hanya media komunikasilah pasangan *long distance relationship* untuk tetap dapat saling berkomunikasi satu sama lain. Semakin banyak media komunikasi yang digunakan, semakin banyak strategi bagi pasangan *long distance relationship* agar tetap bisa saling berkomunikasi walau terjadi kendala-kendala lain.

Komunikasi mempengaruhi perubahan perilaku, cara hidup, hidup bermasyarakat dan nilai-nilai. Perubahan tersebut tentu sejalan dengan perkembangan teknologi komunikasi. Selama masa kini perkembangan teknologi komunikasi semakin pesat, di dunia pada umumnya dan di Indonesia khususnya. Hampir semua produksi komunikasi yang

mutakhir masuk pula ke Indonesia terutama di kota-kota besar seperti Jakarta, Medan, Surabaya, Ujung Pandang, Palembang dan kota-kota besar lainnya. (Noegroho, 2010: 3)

Menurut Roger di dalam buku Noegroho (2010: 3) menyebutkan bahwa:

“Teknologi merupakan sebuah seperangkat untuk membantu aktivitas kita dan dapat mengurangi ketidakpastian yang disebabkan oleh hubungan sebab akibat yang melingkupi dalam mencapai suatu tujuan”.

Karakteristik sistem komunikasi manusia sebagai akibat teknologi komunikasi baru adalah *Interactivity*, kemampuan untuk ‘*talk back*’ kepada penggunanya artinya komponen teknologi elektronik yang ada memungkinkan adanya komunikasi dengan medianya secara *automatic* atau *mechanical reaction* dan memungkinkan terjadi komunikasi interpersonal melalui media atau ‘*machine assisted intrpersonal communication*’. (Noegroho, 2010: 12)

Menurut peneliti penggunaan media komunikasi bagi pasangan *long distance relationship* merupakan sebuah media komunikasi yang tidak dapat dipisahkan bagi mereka dan sudah menjadi penggunaan alat utama bagi mereka agar bisa dapat saling berkomunikasi satu sama lain walau jarak fisik dipisahkan dengan jarak yang sangat jauh. Walaupun mengalami gangguan teknis di dalam media komunikasi itu sendiri, bagi pasangan *long distance relationship* tetap mempunyai cara agar mereka dapat saling menjalin komunikasi satu sama lain di mana setiap pasangan sudah mengetahui langkah yang mereka lakukan ketika terjadi

kendala teknis.

Adapun penggunaan media *whatsapp* dipakai sebagai media komunikasi mereka karena penggunaan aplikasi *whatsapp* mudah digunakan dan tidak menghabiskan *kuota* bagi pasangan terutama bagi pasangan yang berada di lokasi yang sulit untuk mendapatkan jaringan internet sehingga pasangan *long distance relationship* tetap menjalin komunikasi dan hubungan yang harmonis melalui media komunikasi *whatsapp*.

Sebagaimana Nasrullah (2014: 31) menyebutkan bahwa Aplikasi pesan melalui telepon genggam atau bahkan melalui telepon pintar (*smartphone*) lainnya juga bisa dilihat dari cara kerja seperti Line, KakaoTalk, atau *Whatsapp* yang menampilkan tidak hanya pesan (percakapan) teks, tetapi juga data pesan yang beragam dari audio, visual, dan sebagainya. Cara kerja dari aplikasi ini bisa juga dimasukkan dalam kategori *peer-to-peer* atau *chatroom* serta dapat pula diakses melalui perangkat komputer tablet, namun desain aplikasi ini lebih banyak dimanfaatkan pada perangkat telepon genggam.

Berdasarkan Hasil Pembahasan di atas yang berdasar pada identifikasi masalah yaitu Intensitas *Self Disclosure* juga Tujuan dan Maksud *Self Disclosure* menghasilkan hasil bahwa Intensitas *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* frekuensi dan durasi komunikasi disesuaikan oleh kebutuhan komunikasi dan kualitas komunikasi dari pasangan juga kebutuhan emosionalnya. Namun

emosional bagi pasangan *long distance relationship* sudah terbentuk adanya *intimacy* di antara keduanya sehingga pasangan akan selalu mengungkapkan diri mereka kepada pasangannya walau terdapat ketidak terbukaan yang diketahui oleh pasangan, mereka langsung memberikan penjelasan mengenai hal tersebut sehingga termasuk di Daerah Terbuka (*Open Self*), Daerah Buta (*Blind Self*) dan Daerah tertutup (*Hidden Self*). Hal itu semua mereka lakukan demi terbangunnya hubungan yang harmonis.

Tujuan dan Maksud *Self Disclosure* menghasilkan hasil bahwa Tujuan dan Maksud *Self Disclosure* Pasangan *Long Distance Relationship* ialah membangun hubungan harmonis dengan cara melakukan keterbukaan diri kepada pasangan dan membangun kepercayaan satu sama lain. Selain itu dilakukan juga bentuk komunikasi yang tidak intim seperti candaan di dalam komunikasi agar hubungan menjadi tidak bosan.

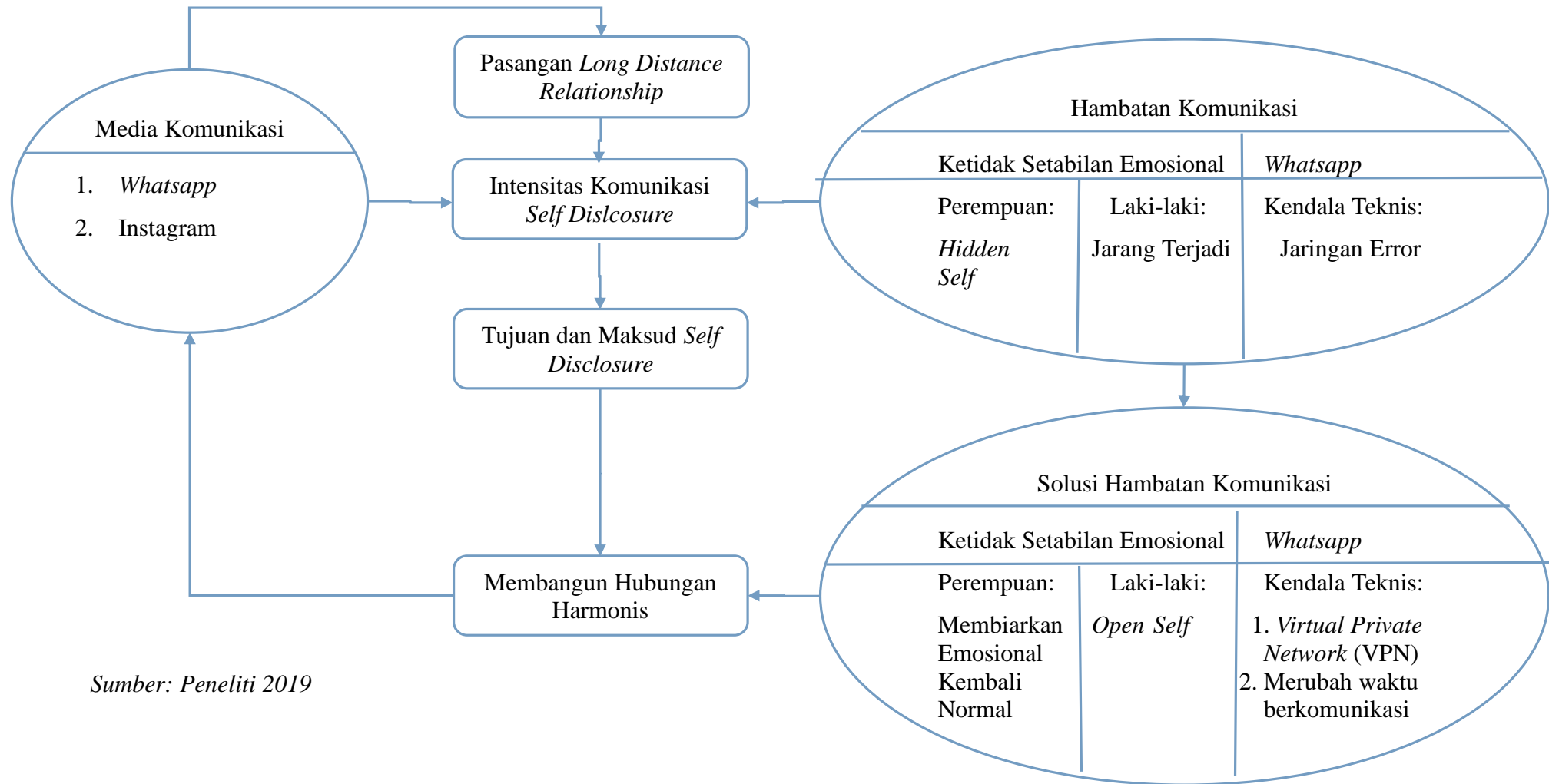
Adapun temuan dari penelitian ini ialah penggunaan media komunikasi yang digunakan yaitu media *whatsapp* dan hambatan komunikasi laki-laki dan perempuan yang berbeda yaitu informan perempuan ketika mengalami emosional tidak stabil akan mengalami ketidak terbukaan dan menghindar untuk tidak berkomunikasi (*hidden self*) sedangkan informan laki-laki sangat jarang mengalami emosional yang tidak setabil, jika sedang mengalami emosional yang tidak setabil informan laki-laki lebih membuka diri mengenai keadaan emosional

dirinya kepada pasangan (*open self*).

Self Disclosure bagi pasangan *long distance relationship* tidak mudah dan tidak dapat diakhiri dengan hubungan yang harmonis. Bagi pasangan *long distance relationship* hubungan bersama pasangan tentu ingin terbangun hubungannya yang harmonis agar hubungan tersebut tetap kuat dan berjalan dengan komitmen yang besar. Namun hal itu penuh rintangan dan tantangan di mana selama proses *self disclosure* perlu adanya pembelajaran di antar keduanya untuk saling memahami kedinamisan pasangan dan segala perubahan situasi yang ada di dalam kehidupan pasangan yang saling tidak dapat diketahui satu sama lain secara langsung.

Gambar 4.10

Self Disclosure Pasangan Long Distance Relationship dalam Membangun Hubungan yang Harmonis di Kota Bandung



Sumber: Peneliti 2019