

# **GAMBARAN KOMITMEN BERPACARAN PADA PASANGAN BERUSIA 18-25 TAHUN YANG MENJALANI *LONG DISTANCE RELATIONSHIP***

Renata Ratnasari  
Fakultas Psikologi  
Universitas Padjadjaran

Dibimbing Oleh : Dr. Hj. Hendriati Agustiani, M.Si.

## **ABSTRAK**

Dalam menjalani hubungan berpacaran, pasangan membutuhkan komitmen satu sama lain agar dapat mempertahankan hubungannya, termasuk pasangan yang menjalani *long distance relationship*. Pasangan *long distance relationship* memiliki tantangan dalam mempertahankan hubungan antara lain kurangnya kedekatan diantara pasangan, sulit dalam membangun kepercayaan, *relational uncertainty*, dan biaya yang cukup banyak untuk berkomunikasi dengan pasangan. Tujuan penelitian ini untuk melihat gambaran komitmen berpacaran pada pasangan yang menjalani *long distance relationship*. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif kuantitatif dengan teknik *convenience sampling*. Jumlah sampel penelitian 58 pasang (116 orang), berusia 18-25 tahun dan sedang menjalani *long distance relationship*. Alat ukur berupa kuesioner komitmen berdasarkan *investment model theory* oleh Carly Rusbult (1998). Dari hasil penelitian, sebanyak 57 pasangan (98%) memiliki komitmen yang tinggi pada kedua belah pihak. Hal ini berarti keduanya memiliki keinginan kuat untuk mempertahankan hubungan jangka panjang dengan pasangan. Kemudian, satu pasang lainnya (2%) memiliki komitmen yang tinggi pada pihak laki-laki dan komitmen yang rendah pada pihak perempuan. Pada pasangan ini, keinginan yang kuat untuk mempertahankan hubungan jangka panjang hanya dimiliki oleh pihak laki-laki saja.

**Kata Kunci:** Komitmen Berpacaran, *Long Distance Relationship*, *Emerging Adulthood*, Pasangan.

## PENDAHULUAN

Salah satu tahap perkembangan yang akan dilalui manusia adalah tahap perkembangan menuju dewasa yang disebut sebagai tahap *emerging adulthood*. Individu pada masa *emerging adulthood* berkisar pada rentang umur 18-25 tahun (Arnett, 2013). Dalam periode ini terjadi transisi kehidupan dari remaja menuju dewasa, antara lain transisi dari pendidikan untuk bekerja, memulai karier, memulai hubungan intim dan sebuah keluarga, serta menjadi bagian dari kelompok sosial (Arnett, dalam Shulman, S., & Nurmi, J.E, 2010). Terdapat lima karakteristik dalam periode *emerging adulthood*, salah satunya adalah masa eksplorasi diri (*identity exploration*). Individu pada masa ini mengeksplorasi berbagai kemungkinan dalam hal cinta, pekerjaan, dan pandangan terhadap dunia (Arnett,2000).

Dalam eksplorasi diri di bidang cinta, dapat dilakukan dengan menjalani hubungan berpacaran. Benokraitis (dalam Brehm, 2002) mendefinisikan berpacaran sebagai proses dimana seseorang bertemu dengan orang lain yang berbeda jenis kelaminnya dalam konteks sosial dan bertujuan untuk menjajaki kemungkinan sesuai atau tidaknya orang tersebut untuk dijadikan pasangan hidup. Eksplorasi dalam hal cinta pada masa ini berbeda dengan masa remaja. Pada masa remaja individu pada umumnya menjalani hubungan dengan lawan jenis untuk kesenangan sesaat dan bersifat sementara. Sedangkan pada masa *emerging adulthood* hubungan berpacaran lebih intim dan serius. Shulman dan Nurmi (2010) menyatakan bahwa salah satu tugas utama *emerging adulthood* adalah memiliki hubungan romantis yang stabil dengan lawan jenis. Banyak penelitian menyatakan bahwa hubungan berpacaran dapat memprediksi hubungan dengan pasangan di masa depan (Donnellan, Larsen-Rife & Conger, 2005). Sehingga penting bagi individu pada masa ini untuk mampu mempertahankan hubungan dengan pasangan.

Pada masa *emerging adulthood*, selain mengeksplorasi diri di bidang cinta individu juga mengeksplorasi diri pada bidang pekerjaan dan pandangan terhadap dunia. Pada umumnya, individu melanjutkan pendidikan dari SMA ke jenjang perkuliahan untuk mempersiapkan diri terhadap berbagai kemungkinan pekerjaan

yang akan dihadapi. Individu juga sudah mulai mencari pengalaman dalam bekerja dimana, pengalaman-pengalaman tersebut akan membantu individu bekerja pada periode dewasa. Ketika individu melanjutkan pendidikan atau mulai bekerja, tidak semua individu bisa berada pada lokasi yang sama dengan pasangannya. Hal ini dialami oleh pasangan yang menjalani *long distance relationship*. Menurut Guldner & Swensen (1995) *long distance relationship* adalah hubungan berpacaran dimana pasangan berada pada lokasi yang berbeda sehingga tidak memungkinkan untuk bertemu dalam kesehariannya.

Dalam menjalin hubungan berpacaran pasti akan ada tantangan yang dihadapi. Masalah utama yang dihadapi dalam *long distance relationship* yakni adanya keterpisahan fisik pada pasangan. Keterpisahan fisik pada pasangan menyebabkan keduanya tidak dapat bertemu setiap saat. Biaya yang dihabiskan untuk berkomunikasi dan mengunjungi pasangan seringkali membatasi keduanya untuk bertemu (Westefeld & Liddell, dalam Farrel 2009). Hal tersebut menghasilkan kurangnya komunikasi secara *face to face*, kontak fisik, serta kedekatan diantara pasangan (Canary & Dainton, 2003). Keterpisahan fisik juga menyebabkan pasangan tidak dapat melihat secara langsung kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh pasangan. Sehingga, dapat memunculkan perasaan curiga dan mengembangkan bayangan bahwa pasangan berselingkuh atau berbohong (Guldner, 2003). Hal tersebut membuat pasangan sulit dalam membangun kepercayaan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Guldner (1995), ketiadaan pasangan dalam kehidupan sehari-hari membuat individu merasakan perasaan yang 'tidak mudah'. Di satu sisi, individu merasa memiliki pasangan yang berada di tempat yang berbeda dengan dirinya, namun disisi lain individu juga merasa seperti tidak memiliki pasangan karena keterpisahan fisik tersebut. Hal ini dapat menimbulkan ketidakjelasan status hubungan (*relational uncertainty*) pada pasangan yang menjalani *long distance relationship*. Permasalahan-permasalahan yang telah dijelaskan tersebut dapat membuat hubungan berpacaran menjadi tidak stabil dan berujung pada perpisahan (*breaking up*). Dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh Knox, Zusman, dan Brandley (2002) dari 438 mahasiswa yang

menjalani hubungan berpacaran, 20% mahasiswa diketahui hubungannya memburuk ketika menjalani *long distance relationship* dan 22% mahasiswa dilaporkan memutuskan hubungannya ketika dipisahkan oleh jarak.

Pasangan pada masa *emerging adulthood* mempunyai tugas perkembangan yang harus dicapai yakni, memiliki hubungan berpacaran yang relatif stabil dengan lawan jenis (Shulman & Nurmi, 2010). Tantangan-tangan yang dialami oleh pasangan dalam menjalani *long distance relationship* dapat mempengaruhi stabilitas hubungan. Stabilitas hubungan dapat tercapai apabila kedua belah pihak memiliki komitmen dalam menjalani *long distance relationship*. Disamping itu, komitmen juga dapat membuat pasangan bertahan dalam hubungan jangka panjang. Komitmen dapat membuat seseorang merasa lebih terikat dengan pasangan sehingga, keduanya tidak mudah mengakhiri hubungan dan akan terus bersama dalam waktu yang lama. Menurut Rusbult (1998) komitmen adalah niat untuk bertahan dalam sebuah hubungan, termasuk orientasi jangka panjang terhadap keterlibatan serta keterikatan psikologis. Komitmen tidak terbentuk begitu saja. Awalnya individu mengevaluasi bagaimana hubungan yang dijalannya, kemudian dari hasil evaluasi tersebut individu dapat memutuskan untuk berkomitmen dengan pasangannya atau tidak. Carly Rusbult (1998) menyatakan komitmen merupakan kecenderungan untuk mempertahankan hubungan sebagai hasil keputusan yang dihasilkan dari pengaruh positif dan negatif *satisfaction level*, *quality of alternatives*, dan *investment size*. Ketiga dimensi tersebut dikenal sebagai *Investment Model of Commitment*.

*Satisfaction level* menunjukkan derajat pengalaman individu baik positif maupun negatif sebagai hasil dari keterlibatan dalam suatu hubungan. Individu akan memiliki tingkat kepuasan yang tinggi apabila dalam hubungan yang dijalani dapat memenuhi kebutuhan terpenting individu, termasuk kebutuhan akan kebersamaan, rasa aman, keintiman, kebutuhan seksual dan kebutuhan akan rasa memiliki (Rusbult, 1998). Dapat dijelaskan bahwa individu akan bersedia melanjutkan hubungan dengan pasangannya apabila hubungan tersebut dapat memenuhi kebutuhan baik fisik maupun kebutuhan non fisik. *Quality of alternatives* merujuk pada keyakinan individu akan kemungkinan alternatif

terbaik dari suatu hubungan. Kemungkinan alternatif diluar hubungan yakni seperti teman-teman, anggota keluarga, atau diri sendiri (Rusbult, et al., 1998). *Investment size* mengacu pada besar dan pentingnya sumber daya yang diberikan pada suatu hubungan sehingga apabila hubungan berakhir maka sumber daya pun akan hilang (Rusbult, 1998). Sumber daya tersebut dapat berupa investasi individu dalam hal materi dan non-materi seperti uang, waktu, dan usaha (Rusbult, Drigotas & Verette, dalam Brehm, 2002). Hal ini juga memengaruhi keputusan seseorang untuk tetap bertahan atau meninggalkan pasangan.

Menurut Rusbult (1998) komitmen merupakan prediktor utama dalam mempertahankan hubungan berpacaran. Individu yang memiliki komitmen tinggi terhadap pasangannya akan memiliki keinginan yang kuat untuk mempertahankan hubungan jangka panjang, begitu juga sebaliknya. Namun, untuk memprediksi hubungan berpacaran jangka panjang tidak cukup dilihat dari komitmen pada satu pihak saja. Melainkan, dilihat dari komitmen pada kedua belah pihak pasangan. Pada penelitian ini, komitmen berpacaran akan dilihat dari pihak laki-laki dan perempuan sebagai pasangan yang menjalani *long distance relationship*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran komitmen berpacaran pada pasangan berusia 18-25 tahun yang menjalani *long distance relationship*.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan non-eksperimental dengan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian dengan metode kuantitatif adalah penelitian yang didasari oleh data numerik (Christensen, 2007). Penelitian dengan metode deskriptif adalah penelitian yang mencoba untuk mendeskripsikan sebuah fenomena, kejadian, atau situasi (Christensen, 2007).

### **Partisipan**

Partisipan penelitian ini adalah pasangan berusia 18-25 tahun yang menjalani *long distance relationship*. Kriteria sampel penelitian antara lain berusia 18-25 tahun, menjalani hubungan jarak jauh dengan jarak fisik minimal 48 km, frekuensi pertemuan maksimal sekali dalam seminggu, usia hubungan

berpacaran  $\geq 6$  bulan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *convenience sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 116 orang (58 pasang).

### **Pengukuran**

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu alat ukur komitmen berpacaran yang digunakan oleh Ikhsan Ramadhan (2013) berdasarkan konsep *investment model theory* oleh Carly Rusbult (1998). Dalam *investment model theory*, tingkat komitmen dipengaruhi oleh dimensi-dimensi komitmen yakni *satisfaction level*, *quality of alternatives* dan *investment size*. Kuesioner ini terdiri dari 37 item dengan 20 item untuk mengukur dimensi *satisfaction level*, 11 item untuk mengukur *quality of alternatives* dan 6 item untuk mengukur dimensi *investment size*.

## **HASIL**

Berdasarkan hasil pengolahan data mengenai komitmen berpacaran pada pasangan berusia 18-25 tahun yang menjalani *long distance relationship* maka diperoleh beberapa hasil sebagai berikut:

1. Lima puluh tujuh pasang (98%) dari 58 pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh dalam penelitian ini memiliki komitmen yang tinggi pada kedua belah pihak. Hal ini dapat diartikan kedua belah pihak memiliki keinginan yang kuat untuk bertahan dalam relasi berpacarannya dan memiliki potensi yang rendah untuk mengakhiri hubungan.
2. Empat puluh delapan pasang (84%) dari 57 pasangan yang memiliki komitmen tinggi kedua belah pihak, keduanya merasa puas terhadap hubungan yang dijalani saat ini (*satisfaction level* tinggi), keduanya merasa pengorbanan serta kontribusi yang diberikan terhadap hubungan bernilai dan berarti (*investment size* tinggi), serta keduanya tidak memiliki keinginan untuk menjalin hubungan dengan orang lain selain dengan pasangan saat ini (*quality of alternatives* rendah).

3. Pasangan dengan komitmen tinggi pada kedua belah pihak menunjukkan bahwa komunikasi merupakan hal yang terpenting agar hubungan jarak jauh dapat berjalan dengan baik. Komunikasi tersebut dalam bentuk memberikan perhatian, memiliki jadwal rutin komunikasi, dan memiliki aturan-aturan tertentu yang harus dilakukan demi keberlangsungan hubungan jarak jauh.
4. Pasangan yang menggunakan media komunikasi berupa *video call* dalam menjalani hubungan jarak jauh memiliki *satisfaction level* yang tinggi. Hal ini dikarenakan penggunaan *video call* memungkinkan pasangan untuk berkomunikasi tatap muka walaupun tidak bertemu secara langsung.
5. Baik responden laki-laki maupun perempuan merasa *trust*, pemberian perhatian dan keterbukaan merupakan hal yang penting dimiliki oleh pasangan agar dapat mempertahankan hubungan berpacaran jarak jauh. Hal tersebut berkaitan dengan *satisfaction level* responden dalam menjalani hubungan. Responden dengan *satisfaction level* rendah kurang merasakan ketiga hal tersebut dalam hubungannya.
6. Responden merasa pendapat orangtua terhadap relasi berpacaran dapat mempengaruhi relasi saat ini dengan pasangan. Pendapat orangtua dirasa penting untuk hubungan jangka panjang berkaitan dengan restu untuk hubungan yang lebih serius. Hal ini berkaitan dengan *quality of alternatives*, dimana relasi sosial lain selain relasi dengan pasangan memiliki pengaruh terhadap hubungan yang dijalani saat ini.
7. Terdapat satu pasangan yang memiliki komitmen rendah pada pihak perempuan dan tinggi pada pihak laki-laki. Komitmen rendah pada perempuan terbentuk dari kurang puasnya hubungan yang dijalani saat ini karena ketidakterpenuhinya kebutuhan akan rasa aman (*trust*) dan keterlibatan emosi (*afeksi*). Komitmen rendah pada perempuan juga dipengaruhi oleh adanya kemungkinan alternatif dalam relasi sosial yang lebih menguntungkan daripada pasangan saat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, Jeffrey. (2013). *Adolescence and Emerging Adulthood : a cultural approach*. Pearson : New Jersey
- Brehm, Sharon S. 1992. *Intimate Relationship* (2 th ed). New York: Mc Graw Hill.
- Canary, Daniel. J., Dainton, Marianne. 2003. *Maintaining Relationships Through Communication: Relational, Contextual, and Cultural Variations*. New York: Routledge.
- Christensen, Larry B. (2007). *Experimental Methodology. 10th ed*. Boston : Pearson.
- Dainton, M. & Aylor B. (2001). *A Relational Uncertainty Analysis Of Jealousy, Trust, And Maintenance In Long Distance Versus Geographically Close Relationship*. *Communication Quarterly*, 49, 172-188.
- DeGenova, Mary.K., & Rice, Philip.F. (2005). *Intimate Relationships, Marriages, and Families 6th* (ed.). New York: McGraw-Hill.Inc.
- Guldner, G. T. (2003) *Long Distance relationship: The complete guide*. Corona, CA: JF Milne.
- Guldner, Gregory T. & Swensen, Clifford H. (1995). *Time Spent Together and Relationship Quality : Long-Distance Relationships as a Test Case*. Purdue University.
- Ikhsan Ramadhan Faebba. (2013). *Gambaran Komitmen Berpacaran Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran Rentang Usia 20-23 Tahun*. Skripsi : Tidak dipublikasikan.
- Kauffman, Melissa Hope. (2000). *Relational Maintenance In Long-Distance Dating : Relationships: Staying Close*. Diakses 30 April 2015 di <http://scholar.lib.vt.edu/theses/available/etd-08292000-23510049/unrestricted/melissa.pdf>
- Knox, D., Zusman, M. E., Daniels, V., & Brantley, A. (2002). *Absence makes the heart grow fonder? Long distance dating relationships among college students*. *College Student Journal*, 36, 364-366.



- Rima Amalia Rahmah. (2015). *Gambaran Komitmen Pada Emerging Adult yang Menjalani Hubungan Pacaran Jarak Jauh Dan Pernah Mengalami Perselingkuhan*. Skripsi : Tidak dipublikasikan
- Rusbult, Carly E., Martz, John M., Agnew, Christopher R.(1998). *The Investment Model Scale : Measuring Commitment Level, Satisfaction Level, Quality of Alternatives, and Investment Size*. Chapel Hill : University of North Carolina
- Shulman, S., & Nurmi, J.E. (2010). Understanding emerging adulthood from a goalsetting perspective. In S. Shulman & J.-E. Nurmi (Eds.), *The role of goals in navigating individual lives during emerging adulthood. New Directions for Child and Adolescent Development*.