

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Komunikasi merupakan hal paling esensial dan tidak hanya terjalin dalam hubungan antar individu dalam sebuah kelompok kecil, tetapi juga terjadi secara luas dan menyeluruh. Komunikasi dapat menghubungkan orang-orang melalui percakapan. Kemajuan teknologi tidak hanya menyederhanakan proses komunikasi tersebut, tetapi juga menjadikannya lebih efektif. Hal ini membuat orang-orang dapat dengan mudah berkomunikasi dengan siapa pun, di mana pun dan kapan pun. Proses komunikasi yang terjalin dalam sebuah masyarakat tentu melibatkan beberapa aspek, seperti sinyal, sandi dan arti yang terdapat dalam isi pesan yang disampaikan (Pohan, 2021: 29).

Seperti yang dikutip dari Hidayat (2019: 486) bahwa komunikasi merupakan proses menyampaikan informasi yang bertujuan memberikan perubahan cara berpikir dan bersikap antar individu. Proses ini dilakukan baik secara langsung maupun tidak langsung (melalui perantara media). Berhasil tidaknya proses komunikasi antar individu didukung oleh elemen-elemen komunikasi yang terdiri dari komunikator, pesan, saluran atau media yang digunakan, komunikan, pengaruh/*feedback*, serta lingkungannya. Pemahaman bahwa komunikasi adalah proses dasar secara inheren sering kali menimbulkan anggapan bahwa komunikasi itu mudah untuk dipahami dan dikelola. Namun, kenyataannya komunikasi memiliki banyak dimensi yang kompleks dan tidak selalu mudah dilakukan. Setiap keputusan yang kita ambil sering kali

melibatkan proses komunikasi, dan cara kita memandang komunikasi sangat memengaruhi keputusan tersebut serta informasi yang dihasilkan. Persepsi kita tentang komunikasi membentuk cara kita mempertimbangkan dan merespons individu maupun situasi tertentu. Oleh karena itu, komunikasi yang efektif diharapkan dapat menghasilkan pemahaman bersama antara komunikator dan komunikan dalam hal sistem kepercayaan, keyakinan, persepsi, dan gaya komunikasi (Dyatmika, 2021: 2).

Dalam konteks ini, pemahaman akan pentingnya komunikasi menjadi semakin relevan seiring dengan perkembangan zaman dan kemajuan teknologi informasi. Perubahan ini tidak hanya mempengaruhi cara kita berinteraksi, tetapi juga turut membentuk pola hubungan antarindividu, termasuk hubungan romantis. Salah satu bentuk hubungan yang semakin umum terjadi adalah *Long Distance Relationship* (LDR), terutama di kalangan mahasiswa yang sering kali harus menjalani hubungan tanpa kehadiran fisik secara langsung akibat studi atau pekerjaan di lokasi berbeda.

Hubungan jarak jauh (*LDR*) sangat bergantung pada komunikasi digital untuk membangun dan mempertahankan kedekatan emosional. Dalam hubungan semacam ini, komunikasi menjadi satu-satunya jembatan utama dalam menjaga koneksi antara pasangan. Namun, tantangan yang dihadapi tidak sedikit, mulai dari minimnya ekspresi nonverbal, perbedaan zona waktu, hingga potensi besar terjadinya kesalahpahaman. Oleh karena itu, kualitas komunikasi menjadi faktor penentu dalam keberhasilan hubungan jarak jauh.

Menurut Putra dan Ramadhan (2023), salah satu kunci keberhasilan dalam LDR adalah menjaga intensitas komunikasi. Semakin sering dan konsisten pasangan berkomunikasi, semakin besar pula rasa percaya yang tumbuh di antara mereka. Rasa percaya ini menjadi fondasi yang kokoh dalam menghadapi berbagai konflik yang mungkin timbul akibat keterbatasan jarak. Lebih lanjut, Afrilya et al. (2024) menekankan bahwa keterbukaan dalam menyampaikan perasaan merupakan strategi utama dalam menyelesaikan konflik interpersonal pada pasangan LDR. Komunikasi yang jujur dan terbuka memungkinkan kedua pihak untuk saling memahami kondisi emosional masing-masing, sehingga konflik dapat diredam sebelum berkembang menjadi permasalahan yang lebih besar. Selain keterbukaan, pemilihan media komunikasi yang tepat juga memiliki peran penting dalam menjaga keharmonisan hubungan jarak jauh. Setiap media memiliki karakteristik yang berbeda, baik dari segi kecepatan, tingkat kejelasan pesan, hingga kemampuan menyalurkan ekspresi emosional. Oleh karena itu, pasangan perlu menyesuaikan penggunaan media komunikasi berdasarkan konteks dan kebutuhan situasi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa komunikasi dalam hubungan jarak jauh bukan hanya soal seberapa sering seseorang mengirim pesan, tetapi juga bagaimana isi pesan disampaikan, media yang digunakan, serta sejauh mana keterbukaan dan kepercayaan dibangun dalam komunikasi tersebut. Hubungan LDR yang berhasil adalah hasil dari komunikasi yang berkualitas, terencana, dan penuh kesadaran akan tantangan yang ada. Keseluruhan

dinamika ini menunjukkan bahwa komunikasi, meskipun sering dianggap sebagai proses dasar, sejatinya memegang peran kompleks yang memerlukan pemahaman mendalam, terutama dalam konteks hubungan jarak jauh.

Sejalan dengan pentingnya kualitas komunikasi, perlu dipahami bahwa keberhasilan komunikasi dalam *LDR* juga sangat dipengaruhi oleh pola komunikasi yang terbentuk antara pasangan. Dalam menjalin hubungan interpersonal, terutama dalam konteks hubungan jarak jauh, pola komunikasi memegang peran yang sangat penting. Pola komunikasi dapat dipahami sebagai cara atau bentuk individu dalam menyampaikan pesan secara verbal maupun nonverbal yang terjadi secara konsisten dalam suatu hubungan. Dengan kata lain, pola komunikasi mencerminkan kebiasaan berkomunikasi yang berkembang seiring waktu, dan menjadi fondasi ritme interaksi antar pasangan.

Menurut Suwatno & Arviana (2023), pola komunikasi mencerminkan bagaimana individu mengelola interaksi, menyesuaikan gaya berbicara, serta membentuk ritme komunikasi yang menciptakan keterbukaan, empati, dan kepercayaan antara pasangan. Dalam hubungan jarak jauh, aspek ini menjadi semakin penting karena komunikasi merupakan satu-satunya sarana utama untuk menjaga keintiman dan menyelesaikan persoalan. Oleh sebab itu, pola komunikasi bukan hanya sekadar seberapa sering pasangan berinteraksi, tetapi juga menyangkut kualitas dari isi, struktur, dan strategi komunikasi yang digunakan. Melgajanarsyah & Aw (2023) mencatat bahwa pasangan dalam

hubungan jarak jauh perlu membentuk pola komunikasi yang tidak hanya intens, tetapi juga fleksibel dan responsif terhadap kebutuhan emosional masing-masing pihak. Artinya, komunikasi yang efektif dalam LDR tidak dapat mengandalkan frekuensi semata, tetapi harus mempertimbangkan waktu, konteks, dan cara penyampaian pesan agar tidak menimbulkan kesalahpahaman. Kesalahan dalam memilih medium, waktu, atau gaya penyampaian pesan berpotensi besar menimbulkan gangguan komunikasi yang kemudian memicu konflik. Lebih lanjut, Fakhira et al. (2023) menambahkan bahwa keterbukaan (*self-disclosure*), kejujuran, dan konsistensi dalam komunikasi merupakan ciri dari pola komunikasi yang sehat dalam hubungan jarak jauh. Ketiga elemen ini sangat penting untuk menciptakan kepercayaan dan keamanan emosional di antara pasangan, sehingga permasalahan yang muncul dapat diatasi dengan cara yang konstruktif dan tidak merusak hubungan.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Edy Prihantoro dan Nadia Anisah (2023) berjudul "*Pentingnya Komunikasi Interpersonal dalam Hubungan Jarak Jauh*" menegaskan bahwa komunikasi interpersonal memiliki peran krusial dalam menjaga kelangsungan dan kualitas hubungan romantis jarak jauh. Penelitian ini menunjukkan bahwa pasangan yang mampu menjaga intensitas komunikasi secara konsisten, terbuka, dan jujur cenderung memiliki tingkat komitmen yang lebih tinggi dan lebih mampu mengelola konflik yang muncul akibat keterbatasan interaksi fisik. Berdasarkan penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa keberhasilan komunikasi dalam LDR tidak hanya

ditentukan oleh frekuensi komunikasi, tetapi juga oleh kedalaman isi pesan (*self-disclosure*), empati, dan strategi penyelesaian konflik. Dalam konteks ini, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan karena mampu menjawab kebutuhan mendesak atas pemahaman pola komunikasi yang efektif dalam menjaga stabilitas hubungan jarak jauh, khususnya di kalangan mahasiswa Ilmu Komunikasi. Mahasiswa sebagai individu yang secara teoritis telah dibekali pemahaman mengenai prinsip-prinsip komunikasi, menjadi subjek yang menarik untuk diteliti karena adanya potensi ketimpangan antara pemahaman akademik dan praktik komunikasi interpersonal dalam kehidupan nyata.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola komunikasi mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2021 yang menjalani hubungan LDR dalam mengatasi konflik interpersonal, dengan menggunakan pendekatan Teori Penetrasi Sosial. Tujuannya adalah untuk memahami bagaimana proses keterbukaan emosional dan pengungkapan diri (*self-disclosure*) dapat membentuk kedekatan emosional dan menyelesaikan konflik dalam keterbatasan jarak fisik. Penelitian ini juga diharapkan memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan studi komunikasi interpersonal, serta kontribusi praktis bagi pasangan LDR dan kalangan akademik dalam memahami strategi komunikasi yang adaptif, terbuka, dan efektif.

Mahasiswa sebagai bagian dari generasi muda yang berada dalam masa transisi menuju kedewasaan kerap dihadapkan pada tantangan kompleks dalam

membangun relasi emosional yang stabil. Di usia transisi berkisar 18–24 tahun mereka tidak hanya berusaha menemukan identitas diri, tetapi juga menghadapi tekanan akademik, sosial, dan ekspektasi lingkungan kampus. Taufiki, Karamani, dan Suhadi (2025) menyatakan bahwa “masa transisi ini ditandai oleh tantangan besar baik dari segi biologis, psikologis, maupun emosional” yang bisa memengaruhi resiliensi mahasiswa dalam menghadapi tekanan hidup. Di saat yang sama, Ananda dan Winarsih (2025) menemukan adanya korelasi positif yang signifikan antara kemampuan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri mahasiswa perantau, yang menunjukkan bahwa mahasiswa sangat bergantung pada kematangan komunikasi untuk menavigasi fase ini.

Dalam konteks hubungan jarak jauh (LDR), ketidakterampilan dalam mengatur pola komunikasi dapat memperparah konflik dan berpotensi merusak hubungan romantis. Menurut Suwatno & Arviana (2023), kesinambungan komunikasi interpersonal memiliki peran krusial dalam membentuk kedewasaan emosional dalam suatu hubungan; untuk dapat mengelola tekanan akademik dan sosial dengan baik, dibutuhkan pola komunikasi yang dilandasi oleh kejujuran, keterbukaan, dan konsistensi. Mahasiswa yang tidak mampu menyeimbangkan antara intensitas komunikasi dan tingkat kedalaman dalam berbagi informasi pribadi (*deep self-disclosure*) cenderung menghadapi perasaan cemburu, ketidakpastian, serta jarak emosional yang memperberat beban psikologis. Oleh karena itu, penerapan pola komunikasi yang efektif dalam LDR harus bersifat tidak hanya fungsional, tetapi juga strategis, yang

mencakup empati, kesadaran emosional, serta kemampuan menyelesaikan konflik guna menjaga keberlangsungan hubungan di tengah tekanan kehidupan dan era digital saat ini.

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan tiga orang mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2021 yang menjalani LDR yaitu Alfian, Any dan Vito, penulis menemukan bahwa salah satu bentuk konflik yang paling sering muncul dalam hubungan jarak jauh mereka adalah rasa cemburu kurang cepat dalam membalas pesan.. Situasi ini kemudian memicu perasaan tidak percaya dan kecemasan akan kemungkinan terganggunya kelangsungan hubungan. Dalam konteks hubungan jarak jauh, tantangan ini semakin kompleks karena tidak adanya kedekatan fisik yang memungkinkan klarifikasi secara langsung. Oleh karena itu, kemampuan untuk membangun komunikasi yang efektif menjadi hal yang sangat krusial. Pasangan perlu mengembangkan cara berkomunikasi yang mampu menumbuhkan rasa percaya, memperkuat keterbukaan, serta menyediakan ruang untuk umpan balik yang jujur dan konstruktif.

Dalam penelitian ini penulis menganalisis pola komunikasi antara pasangan kekasih yang menjalani hubungan jarak jauh untuk menyelesaikan konflik dengan menggunakan Teori Penetrasi Sosial. Teori ini digunakan untuk memahami bagaimana kedekatan hubungan interpersonal dibangun melalui proses komunikasi yang berlangsung secara bertahap, dari tingkat yang dangkal hingga semakin dalam dan pribadi. Analisis ini bertujuan untuk

mengetahui bagaimana proses pengungkapan diri (*self-disclosure*) dan keterbukaan emosional menjadi kunci dalam membentuk pola komunikasi yang efektif, serta bagaimana pasangan mampu membangun kepercayaan dan kedekatan meskipun berada dalam keterbatasan jarak fisik

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat disimpulkan rumusan masalah sebagai berikut : Bagaimana pola komunikasi hubungan jarak jauh pasangan kekasih dalam mengatasi konflik interpersonal ?

1.3 Tujuan Penelitian

Setiap peneliti memiliki sebuah tujuan yang merupakan target yang akan dicapai, maka dari itu tujuan dalam penelitian ini adalah : Untuk mengetahui pola komunikasi hubungan jarak jauh sepasang kekasih dalam mengatasi konflik interpersonal.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini meliputi pengembangan teori komunikasi dengan fokus pada dinamika hubungan jarak jauh, memberikan referensi untuk penelitian selanjutnya, serta menjadi dasar bagi pengembangan kurikulum pendidikan di bidang komunikasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a) Untuk mahasiswa, bisa mengetahui bagaimana Pola Komunikasi Hubungan Jarak Jauh Pasangan Kekasih Dalam Mengatasi Konflik Interpersonal
- b) Untuk almamater, diharapkan hasil dari penelitian ini bisa menjadi bahan acuan bagi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik secara khusus mahasiswa prodi ilmu komunikasi yang tertarik untuk melaksanakan penelitian pada bidang yang sama.
- c) Untuk penulis, penelitian ini ialah salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana S1 Ilmu Komunikasi.

1.5 Kerangka Pemikiran, Asumsi, Dan Hipotesis

1.5.1 Kerangka Pemikiran

Kerangka berpikir menurut Sugiyono (dalam Jaori, 2020:30) merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Kerangka berpikir digunakan untuk melihat membantu peneliti menentukan konsep-konsep yang matang kemudian digunakan untuk menjelaskan setiap masalah yang ada dalam penelitian.

Hubungan jarak jauh menuntut pasangan untuk mengandalkan komunikasi sebagai fondasi utama dalam mempertahankan keintiman dan menyelesaikan konflik. Dalam konteks ini, Teori Penetrasi Sosial memberikan sudut pandang penting bahwa hubungan interpersonal

berkembang secara bertahap melalui proses pengungkapan diri yang semakin mendalam dan luas. Semakin sering dan dalam seseorang membuka diri, maka semakin tinggi pula tingkat kedekatan hubungan tersebut.

Pola komunikasi dapat dipahami sebagai model dari proses komunikasi. Pola komunikasi merupakan model dari *prows* komunikasi, sehingga dengan adanya berbagai macam model komunikasi dan bagian dari *prows* komunikasi akan dapat ditemukan pola yang cocok dan mudah digunakan dalam berkomunikasi. Pola komunikasi identik dengan *prows* komunikasi, karena pola komunikasi merupakan bagian dari *prows* komunikasi. *Prows* komunikasi merupakan rangkaian dari aktivitas menyampaikan pesan sehingga diperoleh *feedback* dari penerima pesan. (Nur, Irnawati.2015). Pola komunikasi tersebut bisa dianalisis melalui indikator-indikator seperti: kedalaman dan keluasan pengungkapan diri, konsistensi komunikasi, strategi penyelesaian konflik berbasis keterbukaan, serta rasa aman dan kepercayaan dalam proses komunikasi. Jika pola ini berlangsung secara sehat dan mendalam, maka hubungan jarak jauh dapat tetap berjalan harmonis meskipun dihadapkan pada berbagai konflik interpersonal.

Oleh karena itu, fokus penelitian ini adalah untuk menganalisis bagaimana pola komunikasi yang dibentuk oleh pasangan *LDR* mahasiswa Ilmu Komunikasi angkatan 2021 dalam mengatasi konflik interpersonal, dan sejauh mana pola tersebut mencerminkan prinsip-prinsip dalam Teori

Penetrasi Sosial. Untuk memperjelas arah penelitian ini, dapat dilihat pada kerangka pemikiran yang digambarkan sebagai berikut:

Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran



(Sumber : Olahan Data Penulis,2025)

1.5.2 Asumsi

Asumsi umumnya anggapan atau dugaan sementara yang belum dapat dibuktikan benar dan membutuhkan pembuktian langsung (Suryadi, 2019). Asumsi yang dipakai dalam penelitian ini adalah adanya pola komunikasi dengan menggunakan teori penetrasi sosial dalam hubungan jarak jauh untuk mengatasi konflik interpersonal secara efektif.

1.5.3 Hipotesis

Hipotesis dapat didefinisikan sebagai dugaan awal atau perkiraan sementara yang memerlukan pembuktian atau pengujian lebih lanjut terhadap kebenarannya (Kriyantono, 2022). Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini adalah pola komunikasi yang digunakan dalam hubungan jarak jauh untuk mengatasi konflik interpersonal serta bagaimana pola komunikasi mempengaruhi penyelesaian konflik.