

KOMUNIKASI *SELF-DISCLOSURE* PASANGAN PACARAN JARAK JAUH DALAM MEMELIHARA HUBUNGAN SERIUS MENUJU PERNIKAHAN PADA DEWASA AWAL DI SURABAYA

Puspita Dewi Syahputri 1, Edelweis Puti Prima 2.

Program Studi Ilmu komunikasi, Fakultas Ilmu Komunikasi
Sekolah Tinggi Ilmu Komunikasi Almamater Wartawan Surabaya
Jl. Nginden Intan timur 1/18, Surabaya (60118)
Email: dewip6058@gmail.com 1, edelwis.prima@stikosa-aws.ac.id 2.

Abstract

In the phase of life, a person inevitably experiences the adult phase. Dating relationships lived by early adulthood lead to marriage. Self Disclosure affects the continuity of the romantic relationship established by both of them to be good. The purpose of this research is to find out how Self Disclosure of long-distance dating couples in maintaining a serious relationship towards marriage in early adulthood in Surabaya. This research used a qualitative approach descriptive method using Purposive Sampling technique. The subjects in this study were early adults who experienced long-distance courtship as many as six people. The results of the study were obtained based on the five dimensions of Self Disclosure, all informants have diverse answers and self-management in maintaining their relationships. All informants have made self-disclosure to their partners so that they can maintain their relationships. Although there are informants who are not fully exposed. In this study, the use of communication media used was whatsapp. The obstacle they experience is signal interference in one of their partner's places.

Keywords: *Self Disclosure, Long Distance Couple, Relationship Nurturing, Early Adulthood*

Abstrak

Dalam fase kehidupan, seseorang pasti mengalami fase dewasa. Hubungan pacaran yang dijalani oleh dewasa awal mengarah kepada jenjang pernikahan. Self-Disclosure berpengaruh pada kelangsungan hubungan romantis yang dijalin oleh keduanya agar berjalan dengan baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana Self Disclosure pasangan pacaran jarak jauh dalam memelihara hubungan serius menuju pernikahan pada dewasa awal di Surabaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif metode deksriptif dengan menggunakan teknik purposive sampling. Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal yang mengalami hubungan pacaran jarak jauh sebanyak 6 orang. Hasil penelitian diperoleh berdasarkan lima dimensi *Self Disclosure* semua informan memiliki jawaban yang beragam dan pengelolaan sendiri dalam memelihara hubungannya. Seluruh informan sudah melakukan keterbukaan diri kepada pasangannya sehingga mampu memelihara hubungannya. Meskipun terdapat informan yang tidak terbuka seutuhnya. Dalam penelitian ini penggunaan media komunikasi yang digunakan adalah media whatsapp. Terdapat hambatan yang mereka alami yaitu gangguan sinyal di salah satu tempat pasangannya.

Kata kunci: *Self Disclosure, Pasangan Jarak Jauh, Pemeliharaan Hubungan, Dewasa Awal*

1.PENDAHULUAN

Masa dewasa awal merupakan masa yang dimulai pada umur 18 tahun sampai 40 tahun, Masa dewasa Madya dimulai pada umur 40 tahun sampai 60 tahun, masa dewasa lanjut dimulai pada umur 60 tahun hingga kematian (Hurlock, 1980). Putri (2018) menyimpulkan masa dewasa awal adalah masa ketika seseorang siap untuk berperan, memikul tanggung jawab, menerima status sosial, bekerja, terlibat dalam hubungan sosial, dan membentuk hubungan dengan lawan jenis.

Hubungan pacaran yang dijalani oleh dewasa awal biasanya mengarah pada bagaimana mereka mengenal pasangan lebih dalam agar hubungan bertahan lama hingga ke jenjang lebih serius, bukan hanya hubungan main-main atau hanya sekedar cinta monyet. Salah satu tugas perkembangan yang penting bagi masa dewasa awal adalah menjalin hubungan dengan lawan jenis. Menurut Hampton dalam (Pratiwi & Lestari, 2017) hubungan pacaran dibedakan menjadi dua tipe, yakni hubungan jarak dekat dan hubungan jarak jauh. Berpacaran jarak dekat ditandai dengan kedekatan fisik dan intensitas bertemu yang banyak, sedangkan Pada hubungan jarak jauh pasangan tidak bisa menghabiskan waktu bersama. Hal itu terjadi jika pasangan memutuskan untuk bersekolah maupun bekerja di luar kota atau luar negeri yang mengakibatkan mereka harus menjalani hubungan berpacaran jarak jauh

Proses komunikasi yang dijalani oleh pasangan Long Distance Relationship penting untuk diperhatikan agar pasangan bisa mengelola hubungan yang dijalani dengan baik. Self disclosure menjadi bagian dari komunikasi yang dilakukan oleh pasangan berpacaran. Self disclosure lebih banyak terjadi dalam konteks komunikasi antarpribadi dibandingkan dengan konteks komunikasi lainnya. Altman dan Taylor dalam (Setiawan, 2019) mengemukakan pengungkapan diri sebagai kemampuan seseorang untuk mengungkapkan informasi tentang diri mereka kepada orang lain guna membentuk hubungan yang intim. DeVito dalam (Iriantara, 2017,p.3.24) mengartikan keterbukaan diri atau self disclosure sebagai suatu bentuk komunikasi di mana informasi tentang diri kita yang biasanya disimpan atau disembunyikan, dikomunikasikan pada orang lain. Tubbs dan Moss dalam (Iriantara, 2017,p.3.28) mengatakan bahwa alasan manusia melakukan self disclosure adalah untuk memberikan otentisitas masuk kedalam kehidupan sosial kita. self disclosure itu juga terkait dengan kondisi psikologi dan pengembangan konsep diri, yang artinya melalui self disclosure kita memperoleh manfaat untuk mengembangkan pribadi yang sehat sehingga kita mengungkapkan diri kita sendiri terhadap manusia lain.

Mengungkapkan perasaan kepada pasangan tidak ada salahnya untuk saling memahami dan mengerti apa yang dirasakan oleh pasangan satu sama lain. Iriantara (2017,p.3.19) mengatakan pertukaran hati dan kasih sebagai hal penting dalam komunikasi antar pribadi hanya mungkin terjadi apabila pengungkapan diri (*self disclosure*) ini terjadi. Tanpa ada pihak yang saling terbuka maka pertukaran hati dan kasih tidak akan pernah terjadi, terlebih lagi jika pihak-pihak yang melakukan komunikasi saling menutup diri dan tidak mau tahu. Keterbukaan diri sangat berpengaruh pada kelangsungan hubungan romantis yang dijalin oleh keduanya agar berjalan dengan baik, dalam suatu hubungan romantis, dimana hubungan yang dijalin antar dua orang dengan latar belakang, karakter, perilaku yang berbeda maka mengetahui pasangan secara mendalam adalah hal paling utama yang harus dilakukan, terlebih lagi pada pasangan yang akan menuju hubungan pernikahan. Pernikahan merupakan momen terpenting dalam kehidupan, banyak orang mengharapkan pernikahan hanya terjadi satu kali dalam kehidupannya hingga maut yang memisahkan. Maka dari itu, individu yang menjalani hubungan pacaran menuju pernikahan harus memiliki wawasan tentang pasangannya masing-masing agar nantinya ikatan pernikahan yang telah dibangun tidak akan sia-sia.

Hubungan *Long Distance Relationship* hal utama yang sering menjadi beban berat adalah komunikasi yang minim. Maka dari itu, komunikasi melalui media telepon atau *video call* tetap diperlukan setiap harinya. Meski berada di pulau yang berbeda, atau bahkan berbeda benua, pasangan tetap bisa terhubung dan membangun keharmonisan melalui media sosial. Menurut data Hootsuite (We are Social) Indonesia Digital Report 2022, tercatat sebanyak 88,7 % pengguna internet di Indonesia merupakan pengguna WhatsApp (*Persentase Pengguna Internet Yang Menggunakan Setiap Platform Media Sosial*, 2022). WhatsApp adalah salah satu aplikasi yang paling banyak digunakan, berbagai fitur WhatsApp membuat WhatsApp populer di kalangan masyarakat. Selain menyediakan obrolan tanpa batas, WhatsApp juga menawarkan fitur video call yang memungkinkan kita melihat ekspresi wajah lawan bicara. Emoji dan stiker WhatsApp juga sangat berguna untuk mengungkapkan perasaan kepada orang lain. Dengan demikian, menggunakan media komunikasi WhatsApp yang ada secara efektif, pasangan *Long Distance Relationship* mampu mengungkapkan perasaan dan keinginan, memuaskan keinginan yang ada dalam diri mereka, dan mempertahankan hubungan yang telah terjalin.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif. Ada tiga teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data pada penelitian ini, yaitu Observasi, Wawancara, dan Dokumentasi. Penelitian ini bersifat penelitian lapangan yang memerlukan terjun kelapangan langsung untuk mendapatkan data. Penelitian dilakukan di kota Surabaya secara tatap muka (*offline*) pada subjek yang menetap di Kota Surabaya. Untuk pasangan yang tinggal di luar Kota Surabaya pengambilan data dilakukan secara *online* melalui media sosial WhatsApp. Pada penelitian ini untuk menguji keabsahan data, peneliti menggunakan triangulasi dan *membercheck*. Penelitian ini menggunakan analisis data model Miles and Huberman dalam (Sugiyono, 2014). Bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti terhadap keenam informan, ditemukan beberapa jawaban terkait keterbukaan diri pasangan pacaran jarak jauh dalam memelihara hubungan serius menuju pernikahan yaitu:

1. Ukuran/ Jumlah Self Disclosure

Pengelolaan waktu dalam berkomunikasi yang dilakukan keenam informan memiliki jawaban sama, mereka lebih sering berkomunikasi di sore hari dan malam hari. Keenam informan memiliki pengelolaan komunikasi sendiri dikarenakan aktivitas yang berbeda tiap individu ditambah dengan aktivitas utamanya yaitu berkuliah ataupun bekerja. Masing masing informan sudah mengetahui aktivitas pasangannya sehari-hari sehingga sudah tahu waktu yang tepat untuk berkomunikasi dengan pasangannya. Mereka melakukan komunikasi melalui chat, voice call dan video call, namun pasangan Dethalia dan Muhammad Thohir lebih sering berkomunikasi lewat chat dibanding dengan voice call atau video call.

Komunikasi merupakan suatu kebutuhan bagi pasangan, tak terkecuali bagi pasangan long distance relationship. Jika komunikasi sudah dijadikan kebutuhan, maka pasangan long distance relationship berusaha untuk mengelola waktu agar dapat berhubungan dengan pasangannya. Sebagaimana diungkapkan oleh (DeVito, 2011) bahwa salah satu tujuan komunikasi adalah untuk berhubungan, Salah satu motivasi kita yang paling kuat adalah untuk berhubungan dengan orang lain -- untuk membentuk hubungan dengan orang lain. Kita ingin merasa dicintai dan disukai, lalu kita juga ingin

mencintai dan menyukai orang lain. menghabiskan banyak waktu komunikasi dan memelihara hubungan sosial

Durasi dalam berkomunikasi ketiga pasangan menghasilkan jawaban yang beragam. Komunikasi melalui chat bisa dilakukan setiap saat oleh pasangan long distance relationship,

namun untuk membalas pesan mereka menunggu waktu lenggang untuk membalas. Komunikasi melalui voice call atau video call pasangan long distance relationship memiliki jawaban yang beragam, ada yang durasinya komunikasinya hanya berjalan tiga puluh menit, ada komunikasi yang berjalan satu hingga dua jam. Hal itu tergantung pada kebutuhan komunikasi setiap pasangan.

Frekuensi penyampaian pesan yang dilakukan oleh ketiga pasangan memiliki jawaban yang beragam. Mereka melakukan panggilan telepon satu hingga dua kali setiap harinya dan frekuensi penyampaian pesan melalui chat adalah empat hingga lima belas kali. Berkomunikasi melalui media WhatsApp setiap harinya adalah lima hingga 10 kali.

Berdasarkan hasil dari pengelolaan waktu (frekuensi) dan durasi komunikasi pada pasangan long distance relationship memiliki jawaban yang beragam. Bahwa pasangan long distance relationship sudah mempunyai pengelolaan waktu dalam berkomunikasi dan durasi dalam berkomunikasi tergantung dengan kebutuhan komunikasi mereka. Hal itu bisa dilihat dari frekuensi dalam menyampaikan komunikasi self disclosure atau bisa juga dengan menggunakan ukuran waktu. Sebagaimana pengertian ukuran/jumlah self disclosure menurut Devito yaitu berkaitan dengan seberapa banyak informasi diri kita yang diungkapkan, frekuensi dalam menyampaikan pesan, yakni berapa lama waktu yang digunakan untuk pengungkapan diri (Iriantara, 2017)

2. Valensi Self Disclosure

Self disclosure negatif memiliki dampak yang sama bagi keenam informan, mereka merasa terkena dampak dari hasil self disclosure negatif yang dilakukan oleh pasangannya. Mereka merasa ikut mengarah ke perasaan marah, sedih, dan kecewa. Tetapi keenam informan memiliki jawaban disaat pasangan mereka mengungkapkan diri secara negatif yaitu dengan cara memberi semangat, memberi kalimat penenang dan mencari solusi atas permasalahan bersama. Sikap tersebut merupakan sikap suportif, dimana seseorang akan memberi dukungan terhadap pesan yang disampaikan.

Menurut (Ngalimun, 2020) mengemukakan bahwa sikap mendukung (suportif) adalah sikap yang mengurangi sikap defensive. Maksudnya adalah satu dengan lainnya saling memeberikan dukungan terhadap pesan yang disampaikan. Ini dapat terjadi karena faktor-faktor personal seperti ketakutan, kecemasan, dan lainnya yang menyebabkan komunikasi interpersonal gagal.

Self disclosure positif memiliki dampak yang sama bagi keenam informan. Perasaan yang dihasilkan ketika pasangan mengungkapkan dirinya secara positif adalah rasa bangga, senang, dan bisa menjadikan obrolan mereka menjadi lebih nyaman. Mereka merasa ikut terkena dampak positif dari hasil self disclosure positif oleh pasangannya.

Menurut Devito dalam (Iriantara, 2017,p.3.30) Bahwa dalam dimensi valensi self disclosure ini berkaitan dengan kualitas self disclosure positif atau negatif. Kita dapat mengungkapkan diri dengan baik dan menyenangkan (Self disclosure positif) atau dengan buruk atau tidak menyenangkan (Self disclosure negatif). Hasil dari self disclosure yang berbeda, juga akan menghasilkan dampak yang berbeda. Kualitas ini akan berpengaruh pada yang mengungkapkan dirinya maupun pada lawan komunikasinya.

Keenam informan juga menghasilkan jawaban yang sama bahwa pasangannya lebih sering mengungkapkan dirinya secara positif. Pengungkapan diri yang positif juga akan menghasilkan hasil yang positif juga baik dari komunikator maupun komunikan. Dalam memelihara hubungan diperlukan untuk bersikap positif sebagaimana dikatakan oleh Stafford dan Canary dalam Weiser dan J.Weigel (2016:53) yang dikutip oleh (Decyana Ristiani, Hedi Pudjosntosa, 2021) bahwa salah satu strategi

dalam memelihara hubungan adalah dengan bersikap positif, seseorang harus berperilaku optimis, ramah, dan tidak menghakimi

3. Kecermatan Dan Kejujuran

Kejujuran dalam berkomunikasi keenam informan mendapatkan hasil bahwa kejujuran merupakan hal yang penting dalam hubungan long distance relationship terlebih lagi untuk pasangan yang akan menuju ke tahap serius atau pernikahan. Keenam informan mengatakan bahwa kejujuran merupakan kunci utama dalam berkomunikasi terutama pada pasangan pacaran jarak jauh. Hal itu dikarenakan pasangan yang tidak berada di tempat yang sama tidak bisa melihat atau mengetahui secara langsung apa yang dilakukan oleh pasangannya diluar sana. Kejujuran juga bisa berarti saling mengetahui unek-unek dari pasangan, sesuatu yang ditutupi bisa menjadi masalah untuk kedepannya. Untuk itu diperlukan kejujuran agar individu saling mengetahui pasangannya.

Devito dalam (Iriantara, 2017,p.3.30) mengemukakan bahwa kejujuran merupakan hal yang penting yang akan mempengaruhi self disclosure. Untuk mengemukakan apa yang kita ketahui kita memiliki pilihan mengemukakan secara jujur atau dibungkus dengan kebohongan, lebih lebihkan atau hanya bagian yang dianggap perlu untuk diungkapkan. Dalam hal ini, self disclosure yang kita lakukan akan bergantung pada kejujuran kita. Ketiga pasangan memiliki jawaban beragam untuk mengetahui apakah pasangannya berkata jujur. Pasangan Detha dan Tohir mengatakan bahwa mereka selalu mengirim foto kegiatan yang dilakukan dan bersama siapa. Hal itu mereka lakukan agar sama-sama percaya. Pasangan Selvia dan Aldy juga selalu mengirim foto kegiatan yang sedang dilakukan masing-masing, selain itu mereka juga mengaktifkan berbagi lokasi kepada pasangan agar mengetahui dimana pasangannya berada. Pasangan Agrita dan Yanuar juga selalu mengirim foto kegiatan masing-masing, selain itu mereka juga melakukan video call agar masing-masing percaya dimana keberadaan pasangannya dan sedang bersama siapa.

Berdasarkan hasil kejujuran dalam berkomunikasi, menurut peneliti kejujuran merupakan hal mendasar bagi pasangan long distance relationship. Dengan adanya kejujuran dapat terhindar dari permasalahan maupun kesalahpahaman yang dialami keduanya, mengingat jarak yang memisahkan keduanya membuat mereka tidak bisa mengetahui pasangannya secara langsung. Sekecil apapun kejujuran yang diungkapkan merupakan hal yang baik daripada tidak sama sekali.

Kecermatan dalam self disclosure menghasilkan kelima informan memilih untuk mengenal dirinya terlebih dahulu baru jujur kepada pasangannya. Hal tersebut dikarenakan individu harus bisa mengetahui kondisi pasangan mereka dalam hal waktu maupun perasaan. Kelima informan juga membutuhkan waktu yang pas untuk melakukan self disclosure, berbeda dengan informan Selvia yang memilih untuk langsung mengungkapkan kepada pasangannya dan tidak menunggu waktu yang pas. Pasangan long distance relationship memilih waktu yang pas untuk melakukan self disclosure melalui telepon, berbeda dengan informan Dethalia dan Muhammad Thohir mereka memilih untuk bertemu secara langsung mengingat jarak antar keduanya yang tidak sejauh pasangan long distance relationship lainnya.

Devito dalam (Iriantara, 2017,p.3.30) mengemukakan bahwa kecermatan self disclosure yang dilakukan akan sangat ditentukan oleh kemampuan kita mengetahui atau mengenal diri sendiri. Apabila kita mampu mengenal dengan baik diri kita maka kita akan mampu melakukan self disclosure dengan baik

Kenam informan sudah memiliki pengelolaan terhadap diri sendiri untuk melakukan self disclosre dengan cermat. Keenam informan juga telah mengungkapkan dirinya melalui kejujuran dan kecermatan yang mereka miliki agar dapat memelihara hubungannya. Meski telah terbuka dan jujur kepada pasangannya, sebagian informan masih belum terbuka seutuhnya hal ini dikarenakan belum percaya kepada pasangan atau menurutnya ini tidak perlu diungkapkan ke pasangan.

4. Maksud Dan Tujuan

Maksud dan Tujuan self disclosure dalam hal ini untuk memelihara hubungan serius menuju pernikahan. Dalam melakukan self disclosure dibutuhkan maksud dan tujuan, tidak mungkin seseorang mengungkapkan dirinya secara tiba-tiba tanpa memiliki tujuan tertentu sebgaiman diungkapkan oleh Devito dalam (Iriantara, 2017) Seseorang akan mengungkapkan diri dengan adanya maksud dan tujuan tertentu. Dengan begitu orang itu akan melakukan kotrol atas self disclosure yang dilakukan.

Ketiga pasangan menghasilkan jawaban yang beragam terhadap pemeliharaan hubungan mereka. Informan Dethalia dan Muhammad Tohir memelihara hubungan dengan cara percaya pada pasangan dan memilih privat dalam menjalani hubungan. Informan Selvia dan Aldy memelihara hubungan dengan cara kepercayaan, komunikasi, dan menjadikan pasangan sebagai teman serta keluarga. Informan Agrita dan Yanuar memelihara hubungan dengan cara kejujuran, kepercayaan, dan selalu mengingat tujuan mereka yaitu pernikahan. Tetapi, terdapat satu kesamaan terhadap ketiga pasangan. Kesamaan terdapat dalam hal membangun kepercayaan kepada pasangannya, mengingat terkadang dalam suatu hubungan terdapat permasalahan atau kesalahpahaman yang menjadikan hubungan berakhir sia-sia. Untuk itu diperlukan kepercayaan yang harus dibangun oleh pasangan long distance relationship.

Menurut Budyatna dan Ganiem (Budyatna & Ganiem, 2011) pemeliharaan hubungan dapat dilakukan dengan cara:

1. Keramah tamahan dan kasih sayang. Hubungan yang baik bukanlah yang menjengkelkan. Menyatakan kesukaan bisa dilakukan dengan menghabiskan waktu bersama-sama dan mengalami kegembiraan dan kesenangan secara bersama.
2. Kepercayaan. Kepercayaan atau trust ialah menempatkan kepercayaan atau confidence kepada yang lain sedikit banyak hampir selalu melibatkan resiko.
3. Pengungkapan diri. Melalui pengungkapan diri yang sangat pribadi, Anda benar-benar mengenal dan memahami satu sama lain
4. Tanggung jawab. Hubungan yang akrab memiliki ikatan yang kuat sekali, maka dari itu diperlukan tanggung jawab yang mendalam.

Menurut peneliti ketiga pasangan dalam memelihara hubungannya sudah sesuai dengan teori diatas. Ketiga pasangan long distance relationship telah menjadikan kepercayaan sebagai cara untuk memelihara hubungan mereka. Saling memberikan kepercayaan terhadap satu sama lain sehingga dapat memelihara hubungan hingga ke jenjang pernikahan.

Selain kepercayaan, beberapa informan juga merasa memelihara dan mempertahankan hubungan bisa dilakukan dengan cara selalu mengingat tujuan mereka bersama yaitu pernikahan. Dalam hubungan long distance relationship biasanya dipenuhi tantangan dan rintangan yang mereka hadapi, jika tidak berkomitmen untuk mengingat tujuan mereka bersama maka bisa terjadi putusya suatu hubungan. Menurut Stafford dan Canary dalam Weiser dan J.Weigel (2016:53) yang dikutip oleh (Decyana Ristiani, Hedi Pudjosntosa, 2021) salah satu pemeliharaan hubungan bisa dilakukan dengan cara menekankan komitmen pada pasangan dan hubungan yang telah dijalin.

5. Keakraban

Ketiga pasangan memiliki cara untuk menjalin keakraban dengan pasangan yang beragam. Keenam informan juga melakukan berbagai cara untuk bisa menjalin keakraban dengan pasangan mereka. Dengan demikian bisa menambah keakraban antara keduanya. Hal itu mereka lakukan agar dapat mengenal pasangan lebih dalam dan keakraban menjadi semakin tinggi. Dalam suatu hubungan dibutuhkan adanya suatu keakraban, jika keakraban ini tidak dijalin maka pasangan tidak akan melakukan keterbukaan diri. Hal itu dikarenakan kita tidak akan mengungkapkan diri kepada orang yang dirasa tidak akrab dengan kita.

Dalam menjalin keakraban pasangan Dethalia dan Muhammad Thohir dengan mencoba hal yang disukai oleh pasangannya agar komunikasi bisa nyambung. Mereka juga melakukan komunikasi tidak intim seperti bergurau dan dipenuhi humor, hal itu dikarenakan mereka lebih suka berbicara dengan pasangan dengan santai. Dengan begitu kekaraban antar keduanya akan terjalin dengan sendirinya dan self disclosure akan terjadi dengan sendirinya seperti mengetahui hal-hal yang detail atau intim dari pasangannya. Pasangan Selvia dan Aldy juga mencoba mencari tahu apa yang disukai oleh pasangannya, selain itu mereka juga mengatakan bahwa tidak ada hal yang disembunyikan dari pasangan. Masing-masing individu juga sudah mengetahui latar belakang keluarga, silsilah keluarga, bahkan sudah terbuka secara finansial. Pasangan Agrita dan Yanuar membangun kekaraban melalui komunikasi tidak intim, mereka lebih senang mengobrol santai dengan pasangan dan dipenuhi dengan humor. Sealin itu, mereka juga memilih dengan berlibur bersama di sela kesibukan mereka. Agrita dan Yanuar merasa bahwa menghabiskan waktu bersama dengan berlibur membuat mereka semakin terbuka dan akrab.

Menurut Budyatna dan Ganiem (2011,p.156) pemeliharaan hubungan dapat dilakukan dengan cara keramah tamahan dan kasih sayang. Hubungan yang baik bukanlah yang menjengkelkan. Menyatakan kesukaan bisa dilakukan dengan menghabiskan waktu bersama-sama dan mengalami kegembiraan dan kesenangan secara bersama.

Sebagian informan juga melakukan komunikasi tidak intim untuk membangun keakraban dengan pasangannya. Komunikasi tidak intim dilakukan dengan melakukan interaksi bergurau atau canda dalam komunikasi yang mereka lakukan. Dengan adanya komunikasi tidak intim agar membuat hubungan tidak jenuh atau bosan.

6. Media Komunikasi

Pola Computer Mediated Communication (CMC) telah menyebabkan pergeseran pada pola komunikasi sosial, dari komunikasi tatap muka menjadi tidak tatap muka (virtual). Pergeseran ini telah terjadi pada ranah komunikasi interpersonal. Perkembangan teknologi, khususnya teknologi komunikasi CMC, dalam hal ini pemakaian internet, telah mengubah sifat interaksi manusia secara fisik dan psikis menjadi pertemuan non-nyata atau virtual. Pada penelitian ini, aplikasi whatsapp

termasuk ke dalam media baru yang menggunakan internet dan juga merupakan media komunikasi untuk berinteraksi dengan orang lain secara daring.

Seperti halnya yang dilakukan oleh ketiga pasangan long distance relationship seluruh informan memiliki jawaban yang sama. Keenam informan menggunakan media komunikasi whatsapp untuk berkomunikasi dengan pasangannya. Keenam informan tersebut dapat dengan mudah melakukan komunikasi dengan pasangannya meskipun jarak yang memisahkan keduanya. Alasan keenam informan menggunakan media komunikasi whatsapp adalah media komunikasi whatsapp merupakan

media komunikasi yang mudah untuk digunakan, terdapat pula fitur-fitur yang lengkap yang dapat memenuhi kebutuhan komunikasi mereka seperti voice call, video call, voice note, dan emoji. Fitur yang paling sering digunakan informan adalah voice call dan video call. Hal itu dikarenakan pasangan tidak bisa berkomunikasi secara langsung atau tatap muka, maka dengan adanya fitur tersebut pasangan mampu melihat pasangannya yang dapat mengurangi rasa rindu mereka. Fitur emoji juga digunakan saat chat yang bisa menggambarkan perasaan atau emosi yang dirasakan oleh lawan bicaranya.

Dalam berkomunikasi biasanya seringkali terjadi hambatan, hambatan bisa berasal dari luar pihak komunikasi seperti hambatan yang dialami oleh ketiga pasangan ini. Hambatan yang sering mereka alami adalah gangguan sinyal di salah satu tempat pasangannya. Hal ini membuat komunikasi mereka menjadi terhambat dan sering komunikasi yang belum tersampaikan harus selesai secara tiba-tiba dikarenakan gangguan sinyal.

Menurut peneliti, dalam teori CMC ini dapat memudahkan seseorang untuk melakukan komunikasi dengan seseorang tanpa melalui tatap muka. Kelebihan aplikasi ini adalah mudah untuk digunakan dan terdapat fitur-fitur yang dibutuhkan oleh pasangan long distance relationship dalam berkomunikasi dengan pasangannya.

7. Pengungkapan diri

Menurut hasil wawancara telah dilakukan terhadap keenam informan, seluruh informan sudah melakukan keterbukaan diri kepada pasangannya hingga mampu memelihara hubungannya dengan cara mereka masing-masing melalui lima dimensi self disclosure diatas. Mereka mampu untuk mengelola waktu untuk berkomunikasi meskipun dengan aktivitas yang berbeda yaitu berkerja ataupun berkuliah dan perbedaan waktu yang dialaminya. Maksud dan tujuan semua informan dalam melakukan keterbukaan diri adalah untuk memelihara hubungan tetap harmonis menuju pernikahan. Dalam memelihara hubungan, masing masing pasangan memiliki cara tersendiri. Selain dengan kejujuran dan kepercayaan mereka juga mengelola hubungan dengan cara selalu mengingat tujuan mereka bersama yaitu pernikahan.

Menurut peneliti semua informan sudah melakukan keterbukaan diri kepada pasangannya dengan cara mereka masing-masing, dimana semua informan mengetahui kegiatan pasangannya, terbuka dengan mengetahui apa yang disukai atau yang tidak disukai oleh pasangannya, mengungkapkan emosi yang dirasa kepada pasangannya, dan bercerita mengenai semua hal kepada pasangannya. Dalam hal ini semua informan sudah termasuk pada zona terbuka.

Keterbukaan semua informan dilakukan karena untuk mencapai tujuan bersama yaitu pernikahan. Terdapat informan Dethalia yang tidak semua hal diungkapkan kepada pasangan, ia lebih memilih tidak mengungkapkan ke pada pasangannya karena dirasa hal itu tidak perlu diungkapkan atau belum percaya untuk diungkapkan. Dalam hal ini termasuk zona tertutup.

Informan Yanuar merasa bahwa pasanganya selalu mengerti dirinya meskipun ia berusaha menyembunyikan atau tidak mengungkapkan perasaannya. Hal itu diketahui oleh pasanganya melalui raut wajah dan saat berkomunikasi Yanuar terlihat berbeda. Dalam hal ini termasuk zona buta.

Berdasarkan dengan penjelasan diatas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa pengungkapan diri informan dalam teori pengungkapan diri Johari Window, keenam informan ini dalam zona terbuka dimana mereka telah terbuka secara terbuka dengan mengetahui hal yang disukai dan tidak disukai, mengetahui latar belakang keluarga, terbuka secara finansial dan bercerita mengenai semua

hal kepada pasanganya. Mereka mengatakan bahwa dengan hal itu pasanganya dapat mengetahui dirinya secara lebih dalam dan bisa memelihara hubungan hingga menuju jenjang pernikahan. Selain itu, keterbukaan pasangan long distance relationship termasuk pada tiga Johari Window yaitu zona terbuka, zona buta, dan zona tertutup

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian yang berjudul “Komunikasi Self-Disclosure Pasangan Pacaran Jarak Jauh Dalam Memelihara Hubungan Serius Menuju Pernikahan Pada Dewasa Awal Di Kota Surabaya” melalui wawancara mendalam serta observasi, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pada point pertama Ukuran/Jumlah Self Disclosure pasangan long distance relationship frekuensi dan durasi komunikasi disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing pasangan. Keenam informan telah memiliki cara tersendiri dalam pengelolaan waktu mengatur jadwal komunikasi dengan pasanganya. Komunikasi telah menjadi kebutuhan bagi long distance relationship untuk itu mereka akan selalu berusaha untuk berkomunikasi dengan pasanganya, durasi dalam penyampaian pesan juga beragam disesuaikan dengan kebutuhan komunikasi yang mereka sampaikan.

Pada point kedua Valensi Self Disclosure menghasilkan keenam informan lebih sering mengungkapkan diri secara positif yaitu dengan baik dan menyenangkan. Self disclosure yang positif juga membawa dampak kepada para komunikan. Perasaan yang dihasilkan dari komunikasi self disclosure yang positif adalah perasaan bahagia, bangga, dan menjadikan obrolan menjadi lebih nyaman. Selain itu dampak dari self disclosure yang negatif yang dilakukan oleh pasanganya mengarah ke perasaan marah, sedih, dan kecewa. Tetapi semua informan memiliki jawaban disaat pasangan mereka mengungkapkan diri secara negatif yaitu dengan cara memberi semangat, memberi kalimat penenang dan mencari solusi atas permasalahan bersama.

Pada point ketiga Kecermatan Dan Kejujuran keenam informan memiliki jawaban yang beragam. Pada kejujuran dalam berkomunikasi seluruh informan mengatakan bahwa kejujuran dalam berkomunikasi adalah hal terpenting terutama bagi pasangan yang akan menuju ke tahap serius, mereka juga memiliki cara beragam untuk mengetahui apakah pasanganya berkata jujur. Dalam kecermatan kelima informan memilih untuk mengenal dirinya terlebih dahulu baru jujur kepada pasanganya. Hal tersebut dikarenakan individu harus bisa mengetahui kondisi pasangan mereka dalam hal waktu maupun perasaan. Kelima informan juga membutuhkan waktu yang pas untuk melakukan self disclosure, berbeda dengan informan Selvia yang memilih untuk langsung mengungkapkan kepada pasanganya dan tidak menunggu waktu yang pas.

Pada point keempat Maksud Dan Tujuan melakukan self disclosure seluruh informan adalah untuk memelihara hubungan menuju pernikahan. Ketiga pasangan memiliki jawaban yang beragam.

Tetapi, terdapat satu kesamaan terhadap ketiga pasangan. Kesamaan terdapat dalam hal membangun kepercayaan kepada pasangannya

Pada point kelima Keakaraban ketiga pasangan memiliki cara untuk menjalin keakraban dengan pasangan yang beragam. Keenam informan juga melakukan berbagai cara untuk bisa menjalin keakraban dengan pasangan mereka. Sebagian informan juga melakukan komunikasi tidak intim untuk membangun keakraban dengan pasangannya. Komunikasi tidak intim dilakukan dengan melakukan interaksi bergurau atau canadan dalam komunikasi yang mereka lakukan. Dengan adanya komunikasi tidak intim agar membuat hubungan tidak jenuh atau bosan

Dalam penelitian ini penggunaan media komunikasi yang digunakan adalah media whatsapp. Alasan keenam informan menggunakan media komunikasi whatsapp adalah media komunikasi whatsapp merupakan media komunikasi yang mudah untuk digunakan, terdapat pula fitur-fitur yang lengkap yang dapat memenuhi kebutuhan komunikasi mereka. Hambatan yang mereka alami bisa berasal dari luar pihak komunikasi seperti hambatan yang dialami oleh ketiga pasangan ini. Hambatan yang sering mereka alami adalah gangguan sinyal di salah satu tempat pasangannya. Hal ini membuat komunikasi mereka menjadi terhambat dan sering komunikasi yang belum tersampaikan harus selesai secara tiba-tiba dikarenakan gangguan sinyal.

Pengungkapan diri seluruh informan sudah melakukan keterbukaan diri kepada pasangannya hingga mampu memelihara hubungannya dengan cara mereka masing-masing melalui lima dimensi self disclosure. Keterbukaan diri pasangan long distance relationship melalui teori Johari Window berada di tiga zona yaitu zona terbuka, zona buta, dan zona tertutup.

5. DAFTAR PUSTAKA

Budyatna, M., & Ganiem, L. M. (2011). *Teori Komunikasi Antarpribadi*.

Decyana Ristiani, Hedi Pudjosntosa, A. N. (2021). *Pemeliharaan Hubungan Berpacaran Long Distance Relationship Sampai Ke Jenjang Pernikahan: Studi Pengalaman Menjalani Hubungan Berpacaran Dengan Seorang Pelaut Kapal Kargo Decyana*. 9 no.03, 1–16.

DeVito, J. A. (2011). *Komunikasi Antar Manusia Edisi Kelima*. Kharisma

Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Gramedia

Iriantara, Y. (2017). *Komunikasi antarpribadi buku materi pokok modul 1-9*. universitas terbuka.

Ngalimun. (2020). *Koumikasi Antarpribadi*. Parama Ilmu Yogyakarta.

Persentase pengguna internet yang menggunakan setiap platform media sosial 2022. (n.d.). <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2022/>

Pratiwi, N. M. A. Y., & Lestari, M. D. (2017). Perbedaan Kualitas Komunikasi Antara Individu Dewasa Awal Yang Berpacaran Jarak Jauh Dan Jarak Dekat Di Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 130–138. <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p14>

Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>

Setiawan, A. (2019). Keterbukaan Diri dan Kemampuan Pemecahan Masalah. *Jurnal Psikologi*, 6(1), 68–80.

Sugiyono. (2014). Memahami Penelitian Kualitatif. Alfabeta.