

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORITIS

2.1. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti dalam melakukan kajian, sehingga penelitian yang dilakukan dapat disusun dengan mempertimbangkan berbagai sudut pandang dari penelitian sebelumnya. Selain itu, penelitian terdahulu juga memudahkan peneliti dalam menyusun penelitian secara sistematis sesuai dengan teori dan konsep yang relevan.

Penelitian pertama yang ditemukan oleh peneliti yang ditulis oleh Anggreswari & Zulkha (2025). Penelitian ini membahas peran media komunikasi digital, khususnya WhatsApp dan Instagram dalam membantu pasangan hubungan jarak jauh yang berbeda negara menjaga hubungan mereka, baik secara emosional, kepercayaan, dan komunikasi walaupun pasangan tersebut terpisah secara jarak, perbedaan zona waktu, dan perbedaan budaya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis bagaimana media komunikasi digital digunakan oleh pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh beda negara untuk menjaga keharmonisan hubungan mereka. Metode yang digunakan yaitu kualitatif deskriptif dengan wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan observasi menggunakan teknik purposive sampling. Hasil dari penelitian ini yaitu kualitas dari komunikasi yang dijalankan lebih penting daripada kuantitas komunikasinya. WhatsApp dan Instagram berperan bukan hanya sebagai alat komunikasi, tetapi juga ruang untuk meluapkan emosional yang dirasakan oleh masing-masing pasangan untuk menjaga keharmonisan hubungan dan memperkuat kepercayaan satu sama lain.

Penelitian kedua membahas dinamika hubungan berpacaran jarak jauh pada mahasiswa Universitas Diponegoro yang ditulis oleh Iswahyudi *et al.* (2024). Penelitian ini membahas tentang perbedaan jarak dan keterbatasan interaksi fisik dalam hubungan jarak jauh yang mendorong individu untuk melakukan penyesuaian pada pola komunikasi, emosi, dan pemeliharaan hubungan untuk mencapai titik yang sesuai dengan keinginan. Tujuan dari penelitian ini adalah

untuk memahami strategi pemeliharaan hubungan yang diterapkan oleh pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh, seperti perubahan pola komunikasi, pemeliharaan hubungan, konflik dan cara penyelesaian yang diterapkan ketika konflik terjadi. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan paradigma interpretif, pengumpulan data dilakukan dengan mewawancarai mendalam dengan lima informan. Hasil dari penelitian ini adalah individu menyesuaikan komunikasi dalam menjaga hubungan sejak awal menjalani hubungan jarak jauh. Mereka memanfaatkan teknologi komunikasi seperti pesan teks, panggilan suara, dan panggilan video dalam menjaga komunikasi sehari-hari.

Penelitian ketiga yang ditulis oleh Piranti (2023), membahas mengenai *self disclosure* komunikasi virtual pada pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh dalam menjaga hubungan mereka. Penelitian ini membahas mengenai tantangan yang dihadapi oleh pasangan yang sedang menjalani hubungan jarak jauh, karena pasangan yang terpisah dengan jarak secara geografis membutuhkan lebih banyak waktu untuk terbuka satu sama lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana pasangan mengelola hubungan mereka dan cara mereka menggunakan komunikasi virtual seperti panggilan video sebagai media komunikasi. Metode yang dilakukan adalah kualitatif dengan teknik observasi dan wawancara mendalam untuk mengeksplorasi cara pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh tetap saling terbuka satu sama lain. Hasil dari penelitian ini adalah komunikasi yang intens dan berkualitas dapat membantu pengenalan lebih dalam, membangun kepercayaan, dan mengurangi rasa kesepian dari masing-masing pasangan. WhatsApp dianggap sebagai salah satu media komunikasi yang berguna bagi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh karena dapat membangun komunikasi melalui aplikasi tersebut.

Penelitian keempat yang ditulis oleh Andini & Sumanti (2023) yang membahas tentang pola komunikasi suami istri yang menjalani hubungan jarak jauh dalam mengatasi perselingkuhan di Kota Tanjung Balai. Penelitian ini menggambarkan pola komunikasi dan hubungan pernikahan jarak jauh yang dapat mengarah pada perselingkuhan. Permasalahan komunikasi yang sering terjadi adalah komunikasi satu arah yang dapat menimbulkan konflik dan perselisihan,

serta diperburuk oleh jarak geografis dan kehadiran orang ketiga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami pola komunikasi antara pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh. Metode yang digunakan adalah kualitatif dalam bentuk studi kasus. Pengumpulan informasi dilakukan dengan mewawancarai dan observasi di media sosial tentang berita perselingkuhan. Hasil dari penelitian ini yaitu penyebab utama yang terjadi adalah pasangan sering terlibat dalam komunikasi satu arah yang menyebabkan banyak konflik, perselisihan, dan ketidakmampuan untuk menyelesaikan masalah secara terbuka.

Penelitian kelima yang ditulis oleh Chiisai & Sesya (2021) membahas mengenai bagaimana pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh membangun dan menjaga ketertarikan interpersonal mereka berdasarkan dasar afektif, yaitu emosi positif dan negatif yang dirasakan selama menjalani hubungan terutama ketika jarak membuat intensitas untuk bertemu secara tatap muka menjadi berkurang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji bagaimana pasangan hubungan jarak jauh menumbuhkan ketertarikan interpersonal dalam hubungan mereka pada dasar afektif yaitu emosi positif dan negatif yang timbul dari masalah yang terjadi. Metode dari penelitian ini adalah kualitatif dalam bentuk studi kasus. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mewawancarai yang hasilnya akan disusun menjadi narasi berdasarkan hasil dari pengalaman responden. Hasil dari penelitian ini adalah emosi dan komunikasi yang terjadi dalam hubungan menjadi dasar penting dalam membangun serta mempertahankan ketertarikan interpersonal pada pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh.

Penelitian keenam yang ditulis oleh Gunderson & Ferrari (2008) membahas mengenai pemaafan di perselingkuhan dalam hubungan asmara. Jurnal ini membahas persoalan kurangnya penelitian yang mendalam mengenai peran permintaan maaf (*apology*) dan frekuensi kejadian dalam proses pemaafan terhadap perselingkuhan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengukur variabel-variabel yang berkaitan dengan pemaafan terhadap perselingkuhan seksual dalam hubungan asmara. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan partisipan $n=196$. Hasil dari penelitian ini adalah pemaafan bisa terjadi ketika perselingkuhan terjadi hanya sekali dan pasangan meminta maaf ketika ketahuan berselingkuh.

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

No	Item	Jurnal 1	Jurnal 2	Jurnal 3	Jurnal 4	Jurnal 5	Jurnal 6
1.	Judul Artikel Ilmiah	Analisis Media Komunikasi pada Pasangan long distance relationship (LDR) Beda Negara	Memahami Dinamika Hubungan Berpacaran Jarak Jauh pada Mahasiswa Universitas Diponegoro	<i>Self Disclosure Virtual Communication in long distance relationship (LDR) Couple in Managing Relationships</i>	Pola Komunikasi Suami Istri LDR dalam Mengatasi Perselingkuhan di Kota Balai Tanjung	Studi Kasus Pasangan Hubungan Jarak Jauh dalam Membangun Ketertarikan Interpersonal pada Dasar Afektif	<i>Forgiveness of Sexual Cheating in Romantic Relationships: Effects of Discovery Method, Frequency of Offense, and Presence of Apology</i>
2.	Nama Lengkap Peneliti, Tahun Terbit, dan Penerbit	Ni Putu Yunita Anggreswari dan Ikmal Zulkha, 2025, SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah	Farah Aisyah Nur Iswahyudi, Joyo Nur Suryanto Gono, Turnomo Rahardjo, 2024, Interkasi Online	Martina Piranti, 2023, Perspektif	Diva Genefa Andini dan Solihah Titin Sumanti, 2023, Journal of Education Humaniora and Social Sciences (JEHSS)	Ayu Putri Chiisai dan Sesya Dias Mumpuni, 2021, Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop	Patrick R. Gunderson, Joseph R. Ferrari, 2008, North American Journal of Psychology

3.	Fokus Penelitian	Bagaimana pasangan menggunakan strategi komunikasi digital untuk mengatasi hambatan dan memepertahankan hubungan.	Dinamika hubungan pacaran jarak jauh pada mahasiswa Universitas Diponegoro yang meneliti lebih lanjut strategi yang digunakan pasangan untuk memelihara hubungan, perubahan pola komunikasi, serta cara mereka menyelesaikan konflik yang terjadi akibat menjalani hubungan jarak jauh.	Bagaimana pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh melakukan keterbukaan diri (self-disclosure) melalui media komunikasi seperti WhatsApp untuk membangun kepercayaan dalam hubungan.	Pola komunikasi suami-istri yang menjalani LDR dan bagaimana pola komunikasi tersebut dapat mengarah pada perselingkuhan.	Peran emosi dan komunikasi dalam menjaga hubungan, terlebih ketika jarak membuat intensitas interaksi berkurang.	Mengukur variabel-variabel terhadap proses pemaafan perselingkuhan seksual dalam hubungan romantis.
4.	Teori	-	<i>Triangular Theory of Love</i> , Teori Pemeliharaan Hubungan, dan	Teori Penetrasi Sosial (<i>Social Penetration Theory</i>).	-	-	-

			Teori Dialektika Relasional				
5.	Metode Penelitian	Kualitatif	Kualitatif; Fenomenologi	Kualitatif Deskriptif; Observasi dan Wawancara	Kualitatif Deskriptif; Observasi dan Wawancara	Kualitatif	Kuantitatif
6.	Persamaan dengan penelitian yang dilakukan	Penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan memiliki persamaan dalam penelitian yang dilakukan karena membahas komunikasi dalam hubungan jarak jauh	Penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan memiliki pembahasan tema, yaitu dinamika hubungan jarak jauh.	Penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan memiliki persamaan dalam menggunakan metode kualitatif untuk mengeksplorasi bagaimana pasangan hubungan jarak jauh menjaga hubungan mereka	Penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan memiliki persamaan dalam membahas perselingkuhan dalam hubungan jarak jauh, serta menggunakan metode dan pendekatan yang sama, yaitu kualitatif dan studi kasus	Penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan memiliki persamaan dalam membahas hubungan jarak jauh yang menjadi acuan dalam melihat pola komunikasi yang dijalani oleh pasangan dalam memengaruhi proses hubungan	Penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan memiliki persamaan dalam membahas isu yang berkaitan dengan perselingkuhan dalam hubungan asmara.

7.	Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan	Penelitian terdahulu menganalisis penggunaan media komunikasi digital (WhatsApp dan Instagram) dalam menjaga hubungan jarak jauh lintas negara.	Penelitian terdahulu meneliti mahasiswa secara umum di Universitas Diponegoro, sedangkan penelitian yang dilakukan lebih spesifik untuk meneliti generasi Z di Jakarta.	Penelitian terdahulu berfokus pada media WhatsApp dan video call dalam membangun hubungan dan mengurangi rasa rindu, bukan pada isu perselingkuhan secara langsung. Selain itu, penelitian terdahulu meneliti pasangan secara umum, sedangkan penelitian yang dilakukan berfokus pada generasi Z.	Penelitian terdahulu memiliki subjek penelitian pasangan suamiistri yang menjalani hubungan jarak jauh, khususnya pekerja migran, serta hanya mencakup area Kota Tanjung Balai. Sedangkan, penelitian yang dilakukan meneliti untuk spesifik generasi Z di area Jakarta.	Penelitian terdahulu meneliti tentang ketertarikan interpersonal dan pengelolaan dasar afektif (emosi) pasangan LDR dalam mempertahankan hubungan.	Penelitian terdahulu memiliki fokus masalah dalam proses pemaafan setelah perselingkuhan terjadi, juga tidak spesifik membahas hubungan jarak jauh dan generasi Z, lalu penelitian terdahulu menggunakan metode kuantitatif.
----	---	---	---	---	--	--	--

8.	Hasil Penelitian	Kualitas dari komunikasi yang dijalankan lebih penting daripada kuantitas komunikasinya. WhatsApp dan Instagram berperan bukan hanya sebagai alat komunikasi, tetapi juga ruang untuk meluapkan emosional yang dirasakan oleh masing-masing pasangan untuk menjaga keharmonisan hubungan dan memperkuat	Individu beradaptasi sejak awal menjalani hubungan jarak jauh dalam berkomunikasi untuk menjaga hubungan. Mereka menggunakan berbagai teknologi komunikasi seperti pesan teks, panggilan telepon, hingga video call untuk menjaga kualitas komunikasi mereka. Jarak bukan sumbu utama konflik, namun sering menimbulkan miskomunikasi hingga terjadi pertengkaran kecil.	Dalam sebuah hubungan, intensitas serta kualitas komunikasi memegang peranan penting. Komunikasi yang berkualitas dan rutin dapat membantu pasangan saling mengenal lebih dalam, meningkatkan kepercayaan, serta dapat meredakan rasa rindu. Sebagai media komunikasi, WhatsApp	Komunikasi satu arah adalah penyebab utama masalah yang terjadi pada pasangan. Hal ini menyebabkan konflik, perselisihan, dan ketidakmampuan untuk menyelesaikan masalah secara layak.	Emosi dan komunikasi yang terjadi dalam hubungan menjadi dasar penting dalam membangun serta mempertahankan ketertarikan interpersonal pada pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh.	Pemaafan bisa terjadi ketika perselingkuhan merupakan insiden yang hanya terjadi sekali dan pasangan meminta maaf ketika mereka berselingkuh.
----	-------------------------	---	--	---	--	--	---

		kepercayaan satu sama lain	Untuk mengatasinya, pasangan memerlukan strategi seperti berkomitmen dan memperbaiki kualitas komunikasi	dianggap sebagai media yang paling efektif dalam bertukar kabar dan berbicara.			
--	--	----------------------------	--	--	--	--	--

2.2. Landasan Konsep

2.2.1 Komunikasi Interpersonal

Menurut DeVito (2022), komunikasi interpersonal adalah proses di mana dua orang saling bertukar pesan untuk menciptakan pemahaman bersama dan membina ikatan emosional disebut komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal diartikan sebagai interaksi verbal dan nonverbal antara dua orang atau lebih yang saling menguntungkan satu sama lain. Komunikasi interpersonal tidak hanya soal berbicara, tetapi juga mencakup bahasa tubuh, ekspresi wajah, intonasi suara, hingga sikap. Selain itu, hubungan antar individu yang terlibat menjadikan pesan yang disampaikan memiliki umpan balik satu sama lain.

DeVito (2022) juga menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal memiliki beberapa unsur. Yang pertama, pesan, baik verbal maupun nonverbal, saluran atau media yang digunakan (pertemuan tatap muka, telepon, kirim pesan teks, atau media sosial), gangguan (*noise*) yang dapat memperlambat pemahaman pesan dan efek yang dihasilkan dari komunikasi tersebut. Gangguan tidak hanya berbentuk suara yang bising, tetapi bisa juga melalui prasangka buruk atau negatif, atau perbedaan pemahaman terhadap suatu fenomena. Semua unsur tersebut memiliki kaitannya satu sama lain dalam menjalankan komunikasi.

Komunikasi interpersonal bersifat transaksional. Artinya, kedua pihak secara sadar membangun makna bersama. Komunikasi interpersonal bukan proses komunikasi satu arah yang dimana hanya ada satu orang yang berbicara, melainkan proses yang melibatkan respon, adaptasi, dan umpan balik, setiap respon yang diberikan akan memengaruhi kualitas komunikasi yang sedang berjalan (DeVito, 2022).

Dalam konteks hubungan asmara, proses ini tidak hanya kata-kata (verbal), tetapi juga bahasa tubuh dan ekspresi (nonverbal), serta umpan balik yang berdasarkan rasa percaya dan pengertian antar pasangan. Khusus bagi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh (LDR), kualitas dari komunikasi interpersonal ini memiliki pengaruh langsung terhadap seberapa puas mereka dengan hubungannya dan seberapa kuat komitmen yang dijalin (Piranti, 2023). Riset dari Rahayu *et al.*, (2024) memperkuat hal ini dengan menemukan bahwa pasangan

yang memiliki intensitas komunikasi tinggi cenderung lebih sukses mempertahankan hubungan jarak jauhnya. Tingkat kepuasan yang lebih tinggi, dilaporkan oleh mereka yang mampu menghindari konflik yang tidak perlu, serta mereka memiliki risiko perselingkuhan yang lebih rendah.

Peran komunikasi interpersonal sangat krusial untuk menjaga keharmonisan dan juga sebagai sistem peringatan dini agar dapat mendeteksi dan mencegah perselingkuhan. Dengan membiasakan komunikasi yang terbuka dan transparan, kedua belah pihak memiliki ruang untuk menyampaikan perasaan dan pendapatnya. Hal ini secara signifikan dapat meminimalkan kesalahpahaman. Sebaliknya jika komunikasi seseorang tidak dijaga, mereka bisa merasa tidak terpenuhi kebutuhannya secara emosional. Perasaan kosong inilah yang seringkali memicu terjadinya perselingkuhan.

Secara keseluruhan, komunikasi interpersonal merupakan proses yang kompleks namun komunikasi interpersonal sangat mendasar dalam kehidupan sehari-hari. Melalui komunikasi interpersonal hubungan sosial tercipta, bertahan, dan bisa jadi melepaskan. Kualitas hubungan seorang individu, khususnya dalam hubungan asmara sangat dipengaruhi oleh bagaimana individu tersebut berkomunikasi. Maka dari itu, pemahaman akan konsep komunikasi interpersonal menjadi langkah yang krusial untuk membentuk hubungan yang sehat dan positif dalam kehidupan sehari-hari.

2.2.2 Pola Komunikasi

Menurut DeVito (2017), pola komunikasi (*communication patterns*) dalam hubungan interpersonal menjelaskan bahwa pola komunikasi dapat dilihat dari bagaimana kekuasaan dan peran dibagi dalam suatu hubungan. Cara seseorang berkomunikasi tidak hanya soal pesan yang disampaikan, tetapi juga tentang siapa yang lebih dominan, lebih banyak berbicara, dan bagaimana individu tersebut membuat keputusan. Maka dari itu, terdapat 4 (empat) pola komunikasi menurut DeVito (2017), yaitu *equality pattern*, *balanced split pattern*, *unbalanced split pattern*, dan *monopoly pattern*.

Pola pertama adalah *equality pattern*. Dalam pola ini, hubungan berjalan dengan seimbang. Kedua pihak saling memiliki kesempatan untuk berbicara, menyampaikan pendapat, dan ikut menentukan keputusan. Tidak ada yang merasa lebih berkuasa, lebih dominan, atau lebih berhak untuk mengontrol percakapan. Biasanya pola ini terlihat dalam hubungan yang sehat. Misalnya, dalam suatu project yang berbentuk kelompok, seluruh anggota mempunyai peran dan bagiannya masing-masing. Di saat menemukan ketidaksesuaian atau perbedaan pendapat, hal tersebut diselesaikan dengan cara musyawarah dimana setiap anggota kelompok dapat berpendapat tanpa ada yang mendominasi satu sama lain.

Pola kedua disebut *balanced split pattern*. Pada pola ini, hubungan kedua belah pihak masih seimbang, namun masing-masing individu mempunyai perannya tersendiri dalam menjaga hubungan tersebut. Walaupun memiliki pembagian peran, hubungan tetap relatif setara karena keputusan diambil sesuai dengan tanggung jawab masing-masing, bukan hasil dari satu pihak yang lebih dominan saja. Misalnya, dalam sebuah hubungan suami dan istri, pasangan ini memiliki pembagian peran dalam kehidupan sehari-hari. Suami mempunyai peran dalam mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga, lalu istri mempunyai peran dalam mengatur keuangan rumah tangga agar seluruh kebutuhan tercukupi. Keduanya saling percaya satu sama lain dalam menjalankan perannya agar hubungan rumah tangga tetap berjalan dengan baik.

Pola ketiga adalah *unbalanced split pattern*. Pola ini hampir mirip dengan pola sebelumnya. Namun, perbedaannya terletak pada tingkat pengaruh. Dalam pola ini, salah satu pihak tetap memiliki posisi yang lebih kuat secara keseluruhan. Pihak pertama ini sering menentukan keputusan akhir atau lebih dominan dalam komunikasi, pihak dua atau yang lainnya masih bisa berpendapat, tetapi pengaruhnya tidak sebesar pihak pertama. Misalnya, hubungan antara atasan dan bawahan di suatu perusahaan. Atasan tersebut sangat terbuka dan seringkali berdiskusi dan meminta pendapat dari bawahannya terkait pekerjaan. Walaupun pendapat dari bawahannya tersebut seringkali dapat diterima oleh atasan, namun ketika ada suatu pendapat yang dirasa tidak dapat diterima, atasan dapat memutuskannya tanpa persetujuan bawahannya.

Pola terakhir, pola keempat yaitu *monopoly pattern*. Pola ini merupakan pola yang paling tidak seimbang. Dalam pola ini, satu pihak hampir sepenuhnya dominan dan mengontrol komunikasi. Pihak ini lebih banyak berbicara, mencari topik, dan mengambil keputusan. Sementara, pihak kedua atau lainnya cenderung pasif dan jarang dilibatkan. Komunikasi menjadi satu arah dan ruang dialog menjadi terbatas. Apabila pola ini terjadi secara terus menerus, dapat memengaruhi kualitas hubungan karena tidak ada pertukaran pikiran yang seimbang. Misalnya, dalam sebuah hubungan, pengambilan keputusan ditentukan oleh A. A yang menentukan jadwal video call, jadwal mereka bertemu, menentukan sebuah pendapat mengenai suatu masalah, sementara C tidak pernah dilibatkan maupun didengar pendapatnya. Akibatnya, komunikasi menjadi satu arah dan C merasa kurang didengar dan dihargai dalam hubungan tersebut

2.2.3 Perselingkuhan dan Hubungan Jarak Jauh

Menurut Jacon hubungan antara pria dan wanita yang terjadi tanpa sepengetahuan pasangan sah, baik dalam bentuk ketertarikan fisik maupun emosional yang terdapat unsur saling suka satu sama lain, adanya ketergantungan, serta upaya untuk saling memenuhi kebutuhan (Deviana, 2022). Perselingkuhan terjadi ketika kebutuhan suami maupun istri tidak terpenuhi. Kebutuhan tersebut meliputi kasih sayang (*affection*), percakapan (*conversation*), kejujuran serta keterbukaan (*honesty and openness*), komitmen finansial (*financial commitment*), dan komitmen terhadap keluarga (*family commitment*) (Yenny & Dawanti, 2024).

Hubungan antara pria dan wanita yang terjadi kebutuhan yang umumnya dimiliki oleh suami antara lain kebutuhan seksual (*sexual fulfillment*), dukungan dalam rumah tangga (*domestic support*), memiliki pasangan yang menarik (*an attractive spouse*), kebersamaan dalam kegiatan rekreasi (*recreational companionship*), serta kekaguman (*admiration*) (Marwiah, 2020). Watkins dan Boon menyatakan bahwa perselingkuhan pada perempuan umumnya dipicu oleh ketidakpuasan emosional dalam pernikahan, sedangkan pada laki-laki lebih cenderung untuk memenuhi kebutuhan emosional (Purwaningtyas *et al.*, 2025). Brilian mengemukakan bahwa ketika seseorang mengetahui pasangannya

berselingkuh, hal tersebut dapat menimbulkan berbagai dampak, seperti rasa kecewa, hilangnya kepercayaan diri, perasaan tersakiti, ketidakpercayaan terhadap pasangan, bahkan trauma yang mendalam (Wardani & Arianti, 2023).

Setelah terungkapnya perselingkuhan, pola komunikasi berubah secara signifikan, pasangan menjadi lebih tertutup dan terjadi penurunan kepercayaan antar pasangan (Supriadi *et al.*, 2022). Ciri-ciri perselingkuhan meliputi rahasia terhadap pasangan sah, interaksi yang tiba-tiba terbatas, dan hadirnya komunikasi dengan pihak ketiga yang sebelumnya tidak ada.

Salah satu faktor penyebab perselingkuhan adalah komunikasi interpersonal dari masing-masing pasangan yang kurang baik, misalnya kurang keterbukaan (*self disclosure*) serta kesempatan yang muncul melalui media atau di kehidupan sehari-hari. Dalam menjalani hubungan jarak jauh, pasangan sering mengalami hambatan dalam membuka diri satu sama lain, yang dapat membuka peluang untuk munculnya pihak ketiga (Piranti, 2023). Selain itu, Aviram & Hamburger (2006) menyatakan bahwa ketidakpuasan dalam hubungan dan kurangnya pemenuhan kebutuhan emosional dapat memengaruhi individu dalam melakukan perselingkuhan online.

Dampak dari perselingkuhan dapat bersifat psikologis dan sosial. Secara psikologis, korban perselingkuhan sering mengalami trauma, stres, depresi, hingga penurunan kepercayaan terhadap diri sendiri maupun pasangan (Yarni & Komalasari, 2024). Secara sosial, dampak yang terjadi termasuk putus hubungan relasi, perubahan pola komunikasi, serta konflik dan stereotip negatif dalam lingkungan sosial dan keluarga (Supriadi *et al.*, 2022).

Hubungan jarak jauh mengacu pada hubungan asmara yang di mana pasangan dipisahkan secara geografis sehingga waktu bertemu secara langsung sangat terbatas dan sebagian besar komunikasi dilakukan melalui media digital. Piranti (2023) mengemukakan bahwa pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh perlu lebih banyak usaha untuk membuka diri melalui komunikasi virtual karena mereka mempunyai waktu bertemu lebih sedikit dibandingkan pasangan pada umumnya.

Tantangan yang dialami oleh pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh tidak hanya soal jarak geografis, tetapi juga selisih waktu, perbedaan rutinitas

harian, dan rasa kesepian. Pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh sering melaporkan bahwa komunikasi yang tidak konsisten atau miskomunikasi menjadi sumber konflik, serta kurangnya komunikasi secara langsung yang membuat pasangan merasa aman (Piranti, 2023).

Selain itu, pasangan sering mengalami kesulitan dalam memenuhi beberapa kebutuhan dasar. Dalam teori hierarki Maslow, kebutuhan fisiologis dan kebutuhan akan rasa aman yang paling dibutuhkan dalam menjalani hubungan jarak jauh. Kebutuhan fisiologis seperti kedekatan fisik dan kedekatan emosional cenderung sulit dicapai karena keterbatasan jarak dan keterbatasan waktu untuk bertemu secara langsung (Aprilia *et al.*, 2024). Selain itu, kebutuhan rasa aman yang ada melalui kehadiran pasangan juga menjadi terbatas, sehingga menimbulkan rasa cemas maupun ketidakpastian dalam hubungan (Tanjung & Ariyadi, 2021).

Menurut Watzlawick *et al.*, (2011), terdapat tiga pola hubungan yang menjelaskan bagaimana pola komunikasi hubungan dasar bisa diidentifikasi. Yang pertama yaitu, Pola Hubungan Komplementer (*Complementary Relationship*). Pola hubungan ini terdapat perbedaan yang disorot antara dua individu. Satu pihak mengambil posisi yang berada di atas (*one-up*) atau dominan dan pihak lainnya berada di posisi bawah (*one down*) atau submisif. Meskipun tampak tidak seimbang, pola ini tidak selalu negatif, hubungan komplementer bersifat fungsional karena membantu menjaga struktur dan kejelasan peran, seperti guru dan murid yang di mana satu pihak memberi arahan dan pihak lain mengikuti arahan tersebut.

Sedangkan yang kedua, Pola Hubungan Simetris (*Symmetrical Relationship*). Hubungan ini ditandai dengan adanya keseimbangan yang di mana kedua pihak berusaha mengambil posisi yang sama atau setara. Kedua pihak tersebut saling mencerminkan sikap dan sifat satu sama lain. Hubungan ini bisa menjadi positif dapat menjadi positif jika dikelola dengan baik, seperti hubungan pasangan yang sering membalas usaha satu sama lain untuk menjaga keseimbangan. Namun, hubungan ini dapat menjadi sumber konflik apabila kedua belah pihak menjadi dominan hingga munculnya persaingan atau biasa disebut dengan istilah *symmetrical escalation*, yang artinya ketika kedua pihak saling mendominasi sehingga memicu terjadinya pertengkaran.

Lalu, pada pola hubungan yang terakhir, Pola Hubungan Paralel (*Parallel Relationship*). Pola hubungan ini merupakan hubungan paling fleksibel. Dalam pola ini, individu bisa berubah antara pola komplementer dan simetris tergantung situasinya. Fleksibilitas dalam pola ini memungkinkan terjadinya keseimbangan antara dominan, submisif, dan kesetaraan dalam berbagai aspek kehidupan.

Untuk memastikan komunikasi yang sehat, penting untuk memahami tiga aspek hubungan yang telah disebutkan sebelumnya. Maka dari itu, banyak konflik antarpribadi yang sebenarnya tidak disebabkan karena perbedaan pendapat, melainkan karena kesalahpahaman tentang pola hubungan, seperti miskomunikasi. Dengan memahami bagaimana ketiga pola di atas, individu dapat lebih berhasil dalam memilih metode komunikasi yang efektif agar dapat menciptakan hubungan yang harmonis.

2.2.4 Generasi Z

Generasi adalah kelompok yang terdiri dari individu yang lahir dalam kurun waktu yang berdekatan, sehingga memiliki nilai, pola, dan budaya yang serupa (Seemiller & Grace, 2017). Setiap generasi berkembang layaknya sebuah budaya, dengan membawa keyakinan, perilaku, norma sosial, serta sikap yang membedakan mereka dari kelompok usia lainnya. Menurut Badan Pusat Statistika (BPS) (2025), generasi Z merupakan penduduk yang lahir dengan rentang tahun 1997-2012. Generasi Z memiliki karakteristik sebagai *digital natives*, yaitu individu yang berkembang bersamaan dengan internet, media sosial, dan teknologi digital lainnya (BPS, 2025).

Generasi Z atau yang biasa disebut gen Z dianggap sebagai generasi yang lahir dan tumbuh dengan perkembangan teknologi di era digital ini yang sangat familiar dengan penggunaan *handphone* dan media sosial. Gen Z memiliki karakteristik dalam menggunakan akses teknologi yang sangat canggih dan berkualitas, namun bukan berarti komunikasi yang mereka jalani juga berkualitas. Karena gen Z sangat bergantung pada media, tidak jarang mereka mengalami tekanan psikologis seperti kecemasan sosial akibat membandingkan diri sendiri dengan kepemilikan orang lain di media sosial.

Selain itu, generasi Z sering mengalami dilema antara keinginan untuk menjaga privasi atau mencari validasi melalui media sosial atau orang lain. Bila salah satu pihak merasa bahwa pihak lain terlalu menutup diri dan tidak memberikan kepercayaan kepada pasangannya, maka rasa tanggung jawab bisaterkikis dan dapat membuka peluang untuk berselingkuh. Karena media memungkinkan interaksi tertutup atau anonim, identitas tertutup, serta distraksi, maka generasi Z yang menjalani hubungan jarak jauh perlu komitmen dan pola komunikasi yang lebih kuat agar tidak mudah tergoyahkan oleh niatan berselingkuh (Sari *et al.*, 2025).

Generasi Z atau yang biasa disebut generasi Z dianggap sebagai generasi yang lahir dan tumbuh dengan perkembangan teknologi di era digital ini yang sangat familiar dengan penggunaan handphone dan media sosial. Generasi Z memiliki karakteristik dalam menggunakan akses teknologi yang sangat canggih dan berkualitas, namun bukan berarti komunikasi yang mereka jalani juga berkualitas. Karena generasi Z sangat bergantung pada media, tidak jarang mereka mengalami tekanan psikologis seperti kecemasan sosial akibat membandingkan diri sendiri dengan kepemilikan orang lain di media sosial.

Selain itu, generasi Z sering mengalami dilema antara keinginan untuk menjaga privasi atau mencari validasi melalui media sosial atau orang lain. Bila salah satu pihak merasa bahwa pihak lain terlalu menutup diri dan tidak memberikan kepercayaan kepada pasangannya, maka rasa tanggung jawab bisaterkikis dan dapat membuka peluang untuk berselingkuh. Karena media memungkinkan interaksi tertutup atau anonim, identitas tertutup, serta distraksi, maka generasi Z yang menjalani hubungan jarak jauh perlu komitmen dan pola komunikasi yang lebih kuat agar tidak mudah tergoyahkan oleh niatan berselingkuh (Sari *et al.*, 2025).

2.2.5 Computer Mediated Communication (CMC)

Dalam perkembangan teknologi, kehadiran *Computer-Mediated Communication* (CMC) sering dilihat sebagai penanda transisi menuju era baru, baik dalam ranah teknologi maupun sosial (Pratiwi, 2014). Jika sebelumnya pola

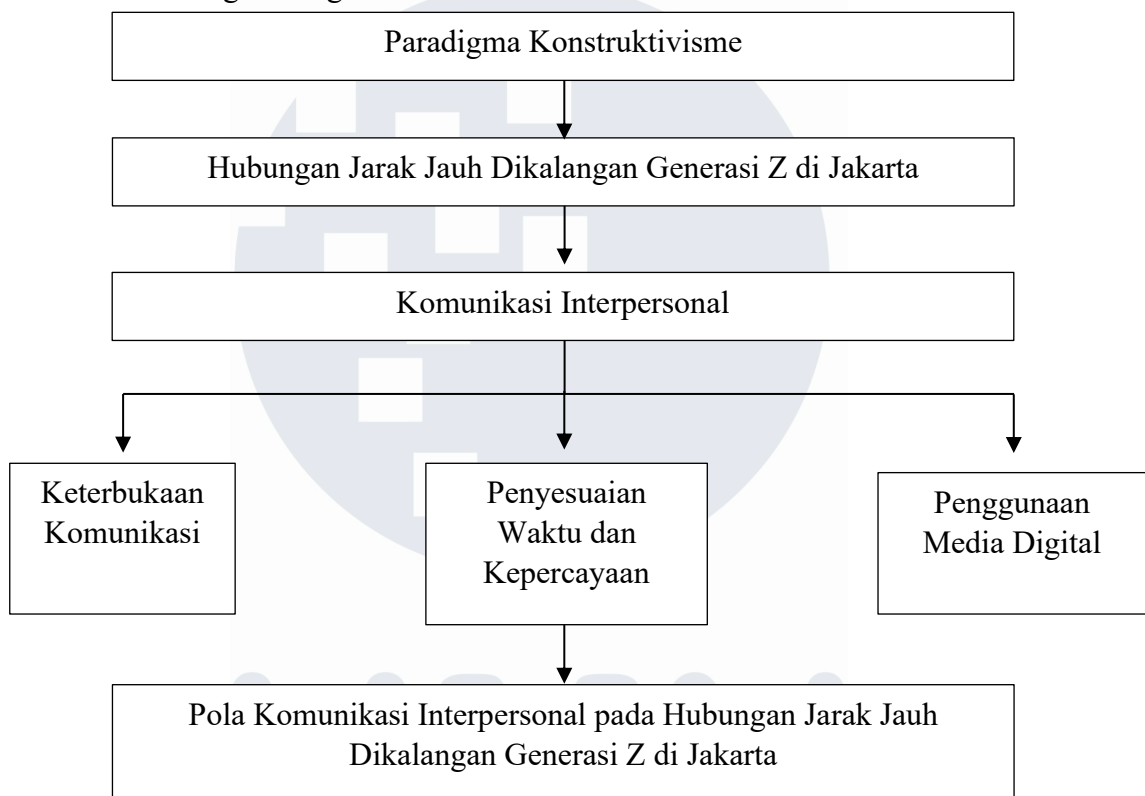
komunikasi manusia terbatas pada ruang lingkup intrapersonal, interpersonal, kelompok, dan massa, kini interaksi melalui komputer dan perangkat turunannya seperti smartphone telah menjadi suatu kenyataan yang tidak bisa ditangkis. Pada intinya, CMC dapat didefinisikan sebagai sebuah metode komunikasi yang terjadi ketika dua orang atau lebih melakukan pertukaran informasi dengan mengandalkan komputer sebagai perantara teknologi utamanya.

Secara teoritis, Griffin & Griffin (2018) menguraikan tiga pilar konseptual yang membangun CMC. Pertama, konsep komunikasi dipandang sebagai sebuah proses yang dinamis, bersifat transaksional, dan memiliki beragam fungsi. Hal ini sejalan dengan kodrat manusia sebagai makhluk sosial yang mustahil dapat hidup tanpa berinteraksi. Kedua, konsep mediasi menekankan bahwa proses perantara ini tidak berlangsung secara netral, melainkan dipengaruhi oleh dimensi sosial, budaya, dan psikologis. Ketiga, konsep komputer menunjukkan betapa aktivitas keseharian manusia modern telah bergantung pada perangkat ini untuk memenuhi berbagai kebutuhannya. Dari proses komunikasi berbasis CMC ini, timbul setidaknya empat dampak yang dapat dikaji, yaitu dampak pada penerima pesan (*receiver*), efek terhadap pengirim (*sender*), pengaruh dari saluran media (*channel*) yang digunakan, serta efek yang muncul dari umpan balik (*feedback*).

Dalam praktiknya, cakupan CMC sangatlah luas dan telah meresap dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai aktivitas digital seperti berkirim email, chatting, video call, mengikuti streaming, pembelajaran daring, hingga bertransaksi di e-commerce sesungguhnya merupakan perwujudan dari teknologi CMC (Chandra, 2023). Dengan kata sederhana, istilah ini mengacu pada seluruh proses komunikasi yang memanfaatkan komputer sebagai jembatan antara dua perangkat atau lebih, yang mencakup layanan pesan instan, forum daring, media sosial, dan berbagai bentuk interaksi berbasis teks lainnya yang jamak kita temui pada smartphone.

2.3. Kerangka Pemikiran

Penelitian ini diteliti karena berdasarkan pengalaman peneliti dan pengamatan di lingkungan sekitar mengenai pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh. Selama menjalani hubungan jarak jauh, hubungan menjadi lebih rentan terhadap keretakan akibat keterbatasan komunikasi, perbedaan waktu, dan kesibukan masing-masing.



Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran

Sumber: Data Penulis, 2025

Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti lebih dalam menggunakan kualitatif deskriptif untuk melihat cara pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh di Jakarta dan dengan pasangannya yang berada diluar kota, pulau, bahkan negeri menjalankan komunikasi mereka sehari-hari hingga bisa terjadinya perselingkuhan.