

Proses Komunikasi untuk Mempertahankan Hubungan Berpacaran

Nindya Siniwi

Jurusan Ilmu Komunikasi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Jl. Prof. H. Soedarto, SH Tembalang Semarang Kotak Pos 1269

Telepon (024) 7465407 Faksimile (024)7465405

Laman : <http://www.fisip.undip.ac.id> email fisip@undip.ac.id

ABSTRAK

Hubungan berpacaran terjalin melalui proses komunikasi yang terus berkembang ke arah yang lebih intim, yaitu diawali dengan proses pendekatan untuk mengenal sikap serta kecocokan satu sama lain. Pendekatan tersebut dilakukan melalui tahap perkenalan, penjajagan, penggiatan, dan tahap pengikatan hingga membentuk kebersamaan. Hubungan yang dilandasi oleh rasa saling menyayangi serta adanya komitmen merupakan langkah awal untuk menuju tahap pernikahan. Namun, mereka yang terlibat jarang melakukan pemeliharaan hubungan untuk menjaga kestabilan kualitas hubungan, sehingga rawan terjadi konflik yang dapat berujung pada pemutusan hubungan.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses komunikasi yang dilakukan setiap pasangan untuk mempertahankan hubungan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, paradigma interpretif, serta teknik analisa data mengacu pada metode fenomenologi. Subjek penelitian adalah tiga pasang informan yang menjalin hubungan berpacaran. Teori yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Relational Maintenance Theory*.

Hasil penelitian ini ditemukan bahwa tidak semua pasangan melalui semua tahap atau proses komunikasi untuk menuju hubungan yang lebih intim. Pasangan pertama dan kedua tidak diawali dengan tahap perkenalan, namun diawali dengan tahap penjajagan, penggiatan, dan pengikatan, sedangkan pasangan ketiga melalui semua tahap. Upaya pemeliharaan hubungan untuk mempertahankan hubungan pada ketiga pasangan juga berbeda – beda. Pasangan pertama melakukan upaya *openess*, *assurance*, dan *avoidance*. Upaya yang dilakukan pada pasangan kedua yaitu *assurance*, *avidance*, serta *humor*. Sedangkan pada pasangan ketiga, upaya yang dilakukan adalah *assurance*, *openess*, dan *avodance*. Ketiga pasangan telah melakukan tahap pendekatan serta upaya untuk mempertahankan hubungan dengan caranya masing – masing.

Kata Kunci : Proses komunikasi, hubungan berpacaran, pengelolaan konflik, mempertahankan hubungan

PENDAHULUAN

Pada fase usia dewasa muda, individu mulai merasakan jatuh cinta dan terlibat dalam hubungan romantis (*romantic relationship*) dengan lawan jenis. Hubungan romantis yang biasa dikenal dengan istilah pacaran telah menjadi suatu hal yang lazim dilakukan oleh berbagai kalangan. Maka tak heran jika sekarang banyak individu yang menjalin hubungan berpacaran.

Lazimnya, hubungan berpacaran yang dilandasi oleh rasa saling menyayangi dan komitmen ini merupakan suatu hal yang positif untuk membangun *intimate* antar individu sebelum menuju ke jenjang pernikahan. Namun, tak jarang pula mereka yang menjalin hubungan berpacaran, justru tidak memelihara dan mengelola hubungannya dengan baik sehingga rawan untuk menimbulkan konflik yang akhirnya dapat berujung pada pemutusan hubungan.

Pengenalan sikap satu sama lain juga diperlukan dalam suatu hubungan, dimana adaptasi tersebut dapat dilakukan melalui prose komunikasi ke arah yang lebih intim. Terkadang, setiap pasangan masih belum mementingkan proses pendekatan tersebut hingga mengakibatkan tidak saling memahami satu sama lain yang berujung pada konflik.

Dinamika dalam hubungan berpacaran dapat berubah – ubah, terkadang pasangan selalu dipenuhi kebahagiaan dan jarang mengalami konflik, namun terkadang juga muncul persoalan – persoalan yang membuat antar individu mengalami perselisihan. Konflik yang biasanya muncul dalam hubungan berpacaran biasanya masalah kepercayaan, waktu, kesetiaan, perbedaan pendapat hingga muncul ketidakcocokan sikap satu sama lain.

Pada dasarnya hubungan berpacaran memiliki arti penting dan fungsi positif bagi setiap individu. Tujuan utama seseorang membina suatu hubungan dengan manusia lain yaitu untuk memaksimalkan kesenangan dan meminimalkan penderitaan (DeVito, 1997 : 246). Namun, pada kenyataannya mereka yang menjalin hubungan berpacaran tidak dapat terhindar dari konflik.

Tentu saja dengan kondisi seperti itu, cara mereka untuk mempertahankan hubungan dan memeliharanya juga berbeda. Dalam hal ini pemeliharaan hubungan merupakan suatu perilaku yang ditujukan untuk menjamin keberlangsungan hubungan melalui penguatan, perbaikan, dan pemulihan kembali. Pemeliharaan hubungan mengacu pada keberlangsungan atau eksistensi hubungan, terjaganya hubungan dalam level yang stabil atau memuaskan, dan perbaikan hubungan (Dindia & Canary dalam Kusumowardhani, 2013 : 10).

Artinya, hubungan yang dapat dipelihara dengan baik oleh mereka yang terlibat akan mengarah pada kualitas hubungan, kepuasan, serta kenyamanan bagi individu yang menjalin hubungan berpacaran.

RUMUSAN MASALAH

Berangkat dari hal tersebut, maka permasalahan dalam penelitian ini yaitu bagaimana proses komunikasi yang dilakukan untuk mempertahankan hubungan berpacaran pada mereka yang menjalaninya.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan proses komunikasi yang dilakukan setiap pasangan yang menjalin hubungan pacaran untuk mempertahankan hubungan mereka.

PARADIGMA PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan paradigma interpretif yang mengkaji pengalaman – pengalaman subjektif mengenai manusia yang berhubungan dengan sesamanya serta memahami dan menggambarkan tindakan – tindakan sosial secara alamiah dengan adanya fenomena yang terjadi dalam kehidupan.

RELATIONAL MAINTENANCE THEORY

Hubungan berpacaran (*romantic relationship*) memiliki dinamika hubungan yang berubah – ubah dan melalui beberapa tahap. Tahap pertama dengan melakukan perkenalan dengan individu lain karena munculnya ketertarikan hingga akhirnya kedua individu saling berkomitmen untuk melanjutkan hubungan ke tahap yang lebih intim. Selama proses tersebut,

peran komunikasi sangat diperlukan. Dimana komunikasi antarpribadi mempengaruhi keintiman antar individu dalam sebuah hubungan. Ketika masing – masing individu sudah berada pada tahap keakraban, maka akan muncul kepercayaan, rasa saling menyayangi serta muncul rasa kepedulian antar individu.

Namun, hubungan berpacaran tidak dapat terhindar dari adanya konflik dan perselisihan antar individu. Konflik yang terjadi pada hubungan berpacaran dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti perbedaan pendapat, masalah waktu, kepercayaan yang tidak dapat dijaga dengan baik, ketidakcocokan antar individu, dan lain – lain. Dalam tahapan komunikasi konflik dimungkinkan muncul pada tahap keakraban. Dimana, kedua individu sudah saling terbuka sehingga keduanya saling bertukar informasi satu sama lain. Konflik yang muncul pada tahap ini jika tidak diatasi dengan baik dan tepat dapat mengakibatkan perusakan hubungan hingga terjadi pemutusan.

Hubungan yang baik dapat tercipta karena adanya pemeliharaan dan pengelolaan hubungan dengan menggunakan cara yang tepat. Sebagaimana yang dijelaskan dalam teori pemeliharaan hubungan (*relational maintenance*). Teori tersebut mengacu pada perilaku atau tindakan yang muncul pada setiap individu untuk mempertahankan hubungan seperti hubungan dengan teman dekat maupun hubungan dengan kekasih (Littlejohn & Foss, 2009 : 151). Kathryn Dindia dan Daniel Canary menjelaskan terdapat empat definisi dari perilaku pemeliharaan hubungan. Pertama, pemeliharaan hubungan mengacu untuk menjaga hubungan yang sudah terjalin untuk mempertahankan eksistensi hubungan. Definisi kedua, bahwa pemeliharaan hubungan digunakan untuk menjaga hubungan dalam keadaan atau kondisi tertentu dan diharapkan dapat menjaga hubungan secara stabil pada tingkat kondisi yang berbeda. Ketiga, pemeliharaan hubungan digunakan untuk memberikan rasa saling memuaskan antara kedua belah pihak. Sedangkan definisi yang keempat, menekankan bahwa pemeliharaan hubungan dilakukan untuk memperbaiki hubungan yang mengalami konflik. *Relational Maintenance Theory* digunakan dalam penelitian ini agar para pasangan yang menjalin hubungan berpacaran dapat menjaga serta memelihara hubungan mereka. Para pasangan diharapkan dapat menjaga hubungan dalam keadaan dan situasi konflik apapun serta dapat menyelesaikan konflik – konflik yang dialami oleh pasangan yang berpacaran dengan cara yang tepat.

Relational Maintenance Theory yang dikemukakan oleh Laura Stanford and Canary fokus pada penjagaan hubungan dalam keadaan yang stabil, sehingga mencegah hubungan tersebut agar tidak mengalami penurunan keintiman. Seperti yang dijelaskan Littlejohn dan Foss (2009 :

152) bahwa pemeliharaan hubungan (*relational maintenance*) terdiri dari sepuluh elemen, yaitu :

1. *Positivity*, merupakan sikap membuat interaksi yang menyenangkan, memberikan pujian, optimis, dan tidak mengkritik.
2. *Openness*, adalah berbicara dan mendengarkan satu sama lain.
3. *Assurance*, adalah sikap memberikan kepastian atau jaminan tentang komitmen. Saling berkomitmen untuk menjalin hubungan yang serius dan menjaga kualitas hubungan.
4. *Sharing tasks* adalah sikap melakukan tugas dan pekerjaan yang relevan dalam hubungan bersama – sama.
5. *Social networks* adalah sikap menghabiskan waktu untuk berkomunikasi dan berkenalan dengan orang sekitar. *Social networks* yang baik akan memperluas hubungan.
6. *Joint activities* adalah sikap melakukan kegiatan dan menghabiskan waktu bersama.
7. *Mediated communication* adalah sikap berkomunikasi menggunakan media telepon, teknologi, kartu, maupun surat.
8. *Avoidance* adalah sikap menghindari diri dari situasi tertentu. Misalnya menghindari sikap – sikap yang dapat membuat pasangan tidak menyukainya.
9. *Antisocial* adalah sikap yang tidak ramah atau menggunakan kekerasan pada pasangan. Hal ini harus dihindari, karena dapat memicu konflik yang dapat berakhir pada pemutusan hubungan.
10. Humor adalah sikap yang digunakan untuk membuat suasana menjadi menyenangkan.

METODE PENELITIAN

Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kualitatif yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian. Subjek yang dijadikan informan yaitu pasangan yang berpacaran dimana pasangan tersebut sudah menjalin hubungan berpacaran dengan rentan waktu yang lama dan sering mengalami konflik atau perselisihan dalam hubungan yang dijalin. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berdasarkan hasil wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan observasi yang dilakukan pada informan penelitian sesuai dengan kriteria yang sudah ditentukan.

ANALISIS DAN PEMBAHASAN

Hubungan berpacaran merupakan salah satu bentuk dari komunikasi antar pribadi yang terjalin melalui dijalin oleh mereka melalui beberapa tahap yaitu, tahap pengenalan, tahap penjajagan,

tahap penggiatan, tahap pengikatan dan yang terakhir yaitu tahap kebersamaan (Suranto, 2011: 42). Pada setiap tahap dalam suatu hubungan, komunikasi memainkan peran yang berbeda. Selama tahapan awal, komunikasi ditujukan untuk mengenal orang lain hingga menciptakan hubungan yang harmonis untuk dijalani sebagai hubungan romantis. Dalam perjalanan hubungan berpacaran, konflik acapkali terjadi. Pengelolaan serta penyelesaian konflik menjadi peran penting agar setiap pasangan dapat menjaga kualitas hubungan serta mempertahankan hubungan mereka.

Hubungan sebagai teman sejak memasuki usia remaja awal belum cukup bagi pasangan pertama untuk dapat memahami sikap satu sama lain. Keduanya masih harus melalui tahap penjajagan serta tahap penggiatan agar hubungan yang dijalin semakin intim hingga akhirnya memutuskan untuk menjalin hubungan berpacaran. Pendekatan serta adaptasi sikap diantara mereka selama 6 bulan ternyata masih belum membuat keduanya saling mengerti dan memahami satu sama lain. Hal tersebut tampak ketika konflik acapkali muncul dalam hubungan mereka. Adanya sikap egois serta posesif seperti selalu ingin diberi kabar serta memaksa untuk bertemu secara langsung acapkali menimbulkan konflik yang berakibat putus komunikasi selama sehari – hari. Namun, upaya – upaya untuk menyelesaikan konflik telah dilakukan oleh mereka. Salah satu dari pasangan pertama harus mengalah dan meminta maaf dengan cara merayu agar pasangannya tidak memendam amarah. Walaupun penyelesaian konflik yang dilakukan membutuhkan waktu yang lama untuk dapat berdiskusi secara baik – baik. Selain melakukan upaya agar konflik yang sedang terjadi dapat terselesaikan dengan cara yang tepat, keduanya telah melakukan upaya agar hubungan yang mereka jalin selama 3 tahun ini dapat bertahan hingga ke tahap pernikahan. Keduanya saling menjaga kualitas hubungan agar tetap stabil dengan cara terbuka satu sama lain dan mencoba mengingatkan hal – hal yang perlu dihindari agar konflik tidak terjadi.

Pada pasangan kedua, proses pendekatan yang dilakukan untuk menuju hubungan berpacaran membutuhkan waktu yang cukup lama yaitu selama dua setengah tahun. Tahap perkenalan tidak dilalui oleh pasangan kedua karena keduanya sudah menjalin hubungan sebagai teman satu kelas. Status yang hanya sebatas teman tidak membuat mereka langsung muncul ketertarikan untuk saling mengenal lebih intim. Keduanya telah melalui tahap penjajagan, penggiatan, hingga penggiatan untuk menciptakan hubungan yang akrab lebih dari sekedar teman. Adanya ketergantungan serta kecocokan diantara mereka membuat pasangan kedua memutuskan untuk saling berkomitmen menjalin hubungan berpacaran yang serius. Selama melakukan proses pendekatan benar – benar dilakukan oleh keduanya untuk saling memahami

sikap satu sama lain. Mulai dari kesenangan, kebiasaan, serta sikap – sikap yang sebelumnya belum pernah mereka tahu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan yang dijalin selama tujuh tahun ini justru tidak kerap memunculkan konflik. Keduanya mengutamakan kepercayaan pada masing – masing individu, sehingga sikap saling menghargai dan memahami tercipta pada pasangan kedua. Konflik terkadang muncul sewaktu – waktu ketika keinginan salah satu dari mereka untk bertemu secara langsung. Namun, upaya untuk menyelesaikan konflik telah dilakukan secara tepat. Dimana, keduanya saling memahami kesibukan masing – masing sehingga tidak menjadikan hal tersebut sebagai konflik yang berarti. Selain melakukan upaya penyelesaian konflik, mereka yang sudah saling berkomitmen juga melakukan upaya – upaya untuk mempertahankan hubungan. Oleh karena itu, konflik jarang terjadi pada pasangan kedua karena mereka saling berupaya untuk menjaga kualitas hubungan dengan cara melakukan hal – hal untuk menyenangkan pasangannya dengan tujuan menghindari rasa jenuh dalam hubungan mereka. Dari awal hubungan yang mereka jalin, keduanya sudah saling berupaya untuk menghindari hal – hal yang dapat memicu konflik diantara mereka. Sehingga hubungan pada pasangan kedua ini dapat terjalin dengan stabil.

Hubungan pada pasangan ketiga diawal dengan proses perkenalan yang dilanjutkan pendekatan melalui tahap penjajagan, penggiatan, serta pengikatan. Proses perkenalan yang cukup singkat membuat keduanya belum saling mengenal sikap satu sama lain secara intim. Hal tersebut dijelaskan dalam temuan penelitian bahwa sering terjadi kekerasan secara fisik ketika konflik terjadi. Sikap saling mengerti dan memikirkan perasaan satu sama lain tidak nampak pada pasangan ketiga ini sehingga keduanya sering mengalami konflik yang berujung pada kekerasan fisik. Konflik pada pasangan ketiga cukup berat karena melibatkan fisik ketika konflik sedang terjadi. Namun, keduanya tetap berupaya melakukan penyelesaian konflik untuk mempertahankan hubungan dan mengembalikan hubungan menjadi harmonis kembali. Walaupun penyelesaian konflik yang dilakukan membutuhkan waktu yang lama, keduanya dapat berupaya menyelesaikannya dengan saling memberi nasihat untuk introspeksi diri agar kekerasan fisik tidak terjadi lagi serta masalah – masalah sepele tidak berlarut – larut lama untuk menjadi masalah yang besar. Walaupun kekerasan fisik tampak pada pasangan ketiga, mereka melakukan upaya untuk mempertahankan hubunga agar tidak berakhir pada pemutusan hubungan dengan cara selalu memberikan jaminan atas komitmen yang sudah dibentuk serta berusaha selalu terbuka ketika terjadi pketidaknyamanan di antara keduanya.

PENUTUP

Kesimpulan

Proses komunikasi yang dijalani oleh pasangan pertama dan kedua tidak diawali dengan tahap perkenalan melainkan dengan melakukan tahap peninjauan untuk saling beradaptasi mengenai sikap satu sama lain hingga saling yakin untuk melanjutkan hubungan menuju tahap kebersamaan. Sedangkan pada pasangan ketiga telah melalui semua tahap dari tahap perkenalan, peninjauan, penggiatan, serta pengikatan.

Upaya pemeliharaan hubungan yang dilakukan pada ketiga pasangan juga berbeda – beda. Pasangan pertama saling mengutamakan keterbukaan diri untuk menghindari konflik dan mempertahankan hubungan agar tetap stabil. Sedangkan pada pasangan kedua, mengutamakan komitmen untuk menjalin hubungan yang serius sehingga upaya – upaya untuk mempertahankan hubungan telah mereka lakukan, seperti saling memahami keadaan masing – masing.

Pada pasangan ketiga, Upaya yang dilakukan untuk mempertahankan hubungan yaitu dengan mengutamakan keterbukaan diri agar meminimalisir hal – hal yang tidak diinginkan. Selain itu, di awal hubungan mereka sudah saling berkomitmen untuk dapat melanjutkan ke hubungan yang serius yaitu pernikahan.

IMPLIKASI PENELITIAN

Implikasi Teoritis

Penelitian ini berhasil memberikan kontribusi bagi penelitian ilmu komunikasi dalam mengkaji teori – teori yang berkaitan dengan proses komunikasi untuk mempertahankan hubungan berpacaran yaitu *Relational Maintenance Theory*.

Implikasi Praktis

Penelitian ini dapat menjadi referensi atau panduan bagi pasangan berpacaran mengenai upaya – upaya yang dapat dilakukan untuk memelihara serta mempertahankan hubungan walaupun selama menjalin hubungan tersebut pernah mengalami konflik.

Implikasi Sosial

Secara sosial, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan untuk para remaja yang sedang menjalin proses hubungan berpacaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Budyatna, Muhammad., and Ganiem, Leila Ganiem. 2011. *Teori Komunikasi Antar Pribadi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- DeVito, Joseph A. 2010. *Komunikasi Antarmanusia Edisi Kelima*. Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group.
- DeVito, Joseph A. 1997. *Komunikasi Antarmanusia*. Tangerang: Karisma Publishing Group.
- Liliweri, Alo. 2015. *Komunikasi Antarpersonal*. Jakarta: Kencana.
- Littlejohn, Stephen W, dan Karen A. Foss. 2017. *Theories of Human Communication Eleventh Edition*. United States of America.
- Moleong, Lexy J. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Sears, Jonathan L. Freedman, L. Anne Peplau. 1994. *Psikologi Sosial Edisi 5*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Suranto, Aw. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Wood, Julia T. 2013. *Komunikasi Interpersonal: Interaksi Keseharian Edisi 6*. Jakarta : Penerbit Salemba Humanika.
- Wood, Julia T. 2016. *Interpersonal Communication : Everyday Encounters Eight Ed*. Canada : Cengage Learning.