

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya maka dapat diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut :

##### 1. Alasan seorang perempuan menjalani hubungan LDR

Pada subjek pertama alasan subjek pertama menjalani hubungan LDR adalah karena alasan pekerjaan, subjek mempunyai pasangan orang Kalimantan yang kebetulan bekerja di Gresik hampir satu tahun, perkenalan subjek dengan pasangan berlanjut ke hubungan pacaran, selama hampir satu tahun pasangannya yang bekerja dalam sebuah proyek yang masa kerjanya telah selesai dan kembali ke Kalimantan untuk melanjutkan pekerjaannya subjek akhirnya menjalani hubungan LDR.

Sedangkan pada subjek kedua, yang menjadi alasan subjek menjalani hubungan LDR adalah pasangannya berasal dari kota Lamongan yang sekarang diterima bekerja di Jakarta, sehingga sampai saat ini subjek menjalani hubungan LDR.

##### 2. Masalah-masalah yang terjadi ketika LDR

###### a. Intensitas bertemu berkurang

Subjek yang pertama dan kedua merasa kesulitan karena jarak yang cukup jauh sehingga menyebabkan kekawatiran, jika ingin bertemu subjek dan pasangan harus merencanakan waktu luang yang tepat.

###### b. Kurangnya kedekatan fisik

Pada subjek pertama, ke 89 subjek merasa kepikiran biasanya subjek berusaha mengalihkan dengan aktivitas lain misalnya dengan keluar bersama teman-teman dengan begitu subjek dapat melupakan masalahnya, dampak lain yang

dirasakan subjek ketika lagi marah dengan pasangan berdampak pada teman-teman subjek, subjek seringkali terbawa emosi dan meluapkannya ke teman-temannya, sehingga teman-temannya merasakan hal yang sama.

Pada subejk kedua ada perasaan khawatir karena ada seseorang yang berusaha dekat dengan pasangannya, meskipun subjek tidak bisa bertemu tetapi subjek berusaha membicarakan permasalahan dengan pelan-pelan dan berusaha mencari jalan keluar terbaik, jika tidak menemukan jalan keluar bisanya subjek dan pasangan harus mengalah demi hubungan tersebut.

c. Adanya pihak ketiga

subjek pertama merasa cemburu dan terkadang ada perasaan curiga atau berpikiran macam-macam seperti ketika smsnya lama tidak di balas, yang dilakukan subjek biasanya bagaimana caranya agar tidak terjadi masalah seperti dengan komunikasi atau membicarakan rencana apa saja yang akan dilakukan seperti rencana untuk bertemu.

Pada subjek kedua, subjek khawatir jika ada perempuan yang berusaha dekat dengan pasangannya, sehingga membuat subjek cemas dan stres, usaha yang dilakukan adalah terbuka dengan pasangan, teman dan kakaknya, subjek biasa menceritakan dan itu salah satu cara untuk menghilangkan sedikit bentuk rasa khawatirnya. subjek mencari dukungan emosi dari temannya dan kakaknya.

d. Biaya komunikasi

Subjek pertama merasa tidak terbebani karena menurut subjek banyak sekali keuntungan yang didapatkan pada kartu selular yang dipakainya seperti gratis telfon sejam lebih dengan biaya yang cukup terjangkau dan bonus sms.

Pada subjek kedua hampir tidak pernah bertemu dengan pasangannya, tindakan yang diambil subjek yaitu subjek lebih dapat memanfaatkan sarana

komunikasi yang ada seperti lebih sering berkomunikasi dengan dengan pasangan, selama komunikasi lewat sms atau dengan telfon, subjek merasa tidak terbebani dengan biaya yang dikeluarkan karena biaya yang dikeluarkan cukup murah bagi subjek karena subjek memakai kartu selular yang memiliki keuntungan seperti bonus telfon dan sms.

- e. Kurangnya *Inter-relatedness* (keterlibatan individu dalam aktifitas sehari-hari pasangan)

Pada subjek pertama, dengan sedikitnya aktifitas yang dilakukan bersama membuat subjek dan pasangan kurang memahami kondisi masing-masing dan kurangnya komunikasi sehingga dapat memunculkan masalah seperti rasa curiga, subjek belajar memahami dan melihat sebagai suatu pelajaran buat subjek untuk lebih membangun komunikasi dengan pasangan. saat subjek ada masalah dengan pasangannya biasanya subjek meminta pendapat atau nasihat kepada teman-temannya sehingga subjek mendapat nasihat atau masukan apa yang perlu diperbaiki dan bagaimana menyelesaikan masalah dengan pasangan, terlihat subjek merasa nyaman jika mengungkapkan semua kesedihan dan emosinya kepada teman-temannya

Subjek kedua berusaha yakin dan percaya kepada pasangannya ketika muncul rasa khawatir atau cemas dengan berusaha mengkomunikasikan masalah yang muncul.

- f. Kurangnya keterbukaan dengan orangtua

Subjek pertama, orangtua subjek tidak mengetahui jika subjek memiliki pasangan, sehingga subjek kurang terbuka dan belum berani menceritakan hubungannya tersebut kepada orangtuanya, hal tersebut yang dapat menimbulkan stres dan merasa kepikiran buat subjek dengan keadaan seperti itu subjek memutuskan untuk tidak menceritakan hal tersebut karena masih belum berani dan takut jika orangtuanya tahu tentang hal tersebut itu salah satu bentuk *coping* dengan

menyembunyikan hubungan tersebut agar orangtuanya tidak mengetahuinya dan hubungannya tetap berlanjut, subjek beranggapan jika orangtuanya mengetahui maka orangtuanya akan melarangnya.

Pada subjek kedua, keterbukaan subjek kedua cukup terbuka karena selama ini subjek selalu menceritakan hubungannya dengan subjek. Dan orangtua mengetahui hubungan tersebut serta berencana untuk menikahkan anaknya.

### 3. Mekanisme *coping* yang dilakukan

Mekanisme *coping* yang dilakukan subjek pertama untuk mengatasi masalah-masalah yang terjadi ketika menjalani hubungan LDR adalah *Emotion focus coping* (*Coping* yang berpusat pada emosi) dalam bentuk *denial* (bersikap seolah-olah stressor tidak ada dan tidak terjadi), *mental disengagement* (menyerah menghadapi situasi stres dan mengalihkan pada suatu aktifitas agar dapat melupakan masalah), *focus and venting of emotion* (kecenderungan untuk memuaskan diri pada pengalaman distress atau kekecewaan yang kemudian dikeluarkan semua yang telah dirasakan), dan *positive reinterpretation and growth* (individu dapat menerima dan memandang situasi sebagai hal yang positif dan dapat mengambil manfaat dari situasi tersebut). *Problem focus coping* (*Coping* yang berpusat pada masalah) dalam bentuk *planning* (memikirkan tentang bagaimana caranya mengatasi sumber stres), *seeking instrumental social support* (usaha individu untuk mencari informasi, nasehat atau pendapat orang lain mengenai apa yang harus dilakukan), dan *active coping* (pengambilan langkah aktif untuk mencoba memindahkan atau menghilangkan sumber stres untuk mengurangi akibatnya).

Mekanisme yang dilakukan subjek kedua untuk mengatasi masalah-masalah yang terjadi ketika menjalani hubungan LDR adalah *Emotion focus coping* (*Coping* yang berpusat pada emosi) dalam bentuk *positive reinterpretation and growth* (individu menerima dan memandang situasi sebagai suatu hal yang positif dan dapat mengambil manfaat atau hal baru

dari situasi yang dialami). *Problem focus coping* (*Coping* yang berpusat pada masalah) dalam bentuk *planning* (memikirkan bagaimana caranya untuk mengatasi masalah), dan *seeking instrumental social support* (individu mencari informasi, nasehat atau pendapat orang lain mengenai apa yang harus dilakukan).

## **B. Saran**

1. Bagi perempuan maupun pasangannya yang sedang menjalani hubungan *Long distance relationship*
  - a. Menjaga hubungan LDR dengan saling memahami dan mengerti keadaan pasangan masing-masing meskipun tidak dapat bertemu langsung dengan pasangan.
  - b. Mengatasi masalah dan menghadapinya dengan cara berkomunikasi tanpa harus menghindar atau melupakan masalah yang ada.
  - c. Mengontrol emosi jika terjadi masalah tanpa harus meluapkan emosi atau kemarahan kepada teman atau orang lain.
2. Bagi keluarga dan teman
  - a. Orangtua dan teman dapat memberi nasihat atau masukan mengenai penyelesaian masalah yang dihadapi selama menjalani hubungan LDR.
  - b. Untuk orangtua sebaiknya berusaha memberikan perhatian yang lebih mengenai pendapat, ide tau cerita terutama masalah mengenai hubungan dengan pasangannya sehingga anak merasa terbuka dengan orangtua dalam hal apapun dan orangtua dapat memberikan nasehat-nasehat yang baik mengenai hubungan kedepannya

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti menyadari akan adanya keterbatasan atau kekurangan dalam penelitian ini mengenai penggalan data yang kurang mendalam, maka peneliti menyarankan dan berharap dapat menginspirasi peneliti selanjutnya untuk menggunakan atau melakukan

penelitian selanjutnya dengan subjek yang berstatus sudah menikah atau *Long Distance Marital Relationship*.