



# Konflik Komunikasi Interpersonal Dalam *Long-Distance Relationship* (LDR) Studi Kasus Pada Mahasiswa

Adhwaa Afrilya<sup>1</sup>, Kayla Azzahra<sup>2</sup>, Nasichah<sup>3</sup>, Thagrina Syarifah<sup>4</sup>

Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia<sup>1,2,3,4</sup>

adhwaafrily@gmail.com

## Abstrak

### Article Information:

Received : July 24, 2024

Revised : July 26, 2024

Accepted : July 27, 2024

**Keywords:** *Konflik, Komunikasi Interpersonal, LDR, Mahasiswa*

*Long-Distance Relationship (LDR)* menjadi fenomena umum di era globalisasi saat ini, terutama di kalangan mahasiswa yang sering terpisah jarak geografis akibat kegiatan belajar atau karier. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi konflik yang muncul dalam komunikasi interpersonal dalam konteks *LDR*, dengan fokus pada pengalaman mahasiswa. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan lima pasangan mahasiswa yang sedang menjalani *LDR*. Studi ini juga menyoroti strategi yang digunakan oleh pasangan dalam mengatasi konflik, seperti komunikasi terbuka, kesadaran akan perbedaan individual, dan penggunaan teknologi yang tepat sebagai sarana untuk menjaga keintiman dan meminimalkan kesalahpahaman.

## PENDAHULUAN

Hubungan jarak jauh (*Long-Distance Relationship, LDR*) telah menjadi fenomena yang umum di kalangan mahasiswa. Dalam hubungan ini, komunikasi interpersonal berperan penting dalam menyelesaikan konflik dan menjaga komitmen. Komunikasi interpersonal yang efektif dapat membantu pasangan dalam menyelesaikan masalah dan mempertahankan hubungan mereka. Namun, konflik interpersonal dapat terjadi akibat proses komunikasi yang tidak berjalan efektif. Salah satu penyebab terjadinya konflik; Teknologi, Penggunaan teknologi seperti WhatsApp, Instagram, dan lain-lain dapat menjadi sumber konflik jika tidak digunakan secara efektif. Misalnya, pesan yang tidak jelas atau tidak diterima dapat menyebabkan kesalahpahaman dan konflik. Kemudian, Jarak Fisik, Jarak fisik yang jauh dapat membuat pasangan merasa terisolasi dan tidak dapat berkomunikasi secara langsung, mengakibatkan kesalahpahaman dan konflik. Dan perbedaan sifat dan gaya hidup, juga dapat menyebabkan konflik dalam komunikasi, seperti perbedaan dalam cara berkomunikasi atau cara menghadapi masalah.

E-ISSN: 2798-3250

Published by: UIN Datokarama Palu

Berdasarkan pemaparan (Wood, 2015) terdapat beberapa masalah yang hadir dalam adaptasi komunikasi antarpribadi pada hubungan asmara jarak jauh di antaranya. Pertama, kurangnya waktu untuk berbagi keseharian setiap hari serta harapan yang tidak realistis tentang waktu bersama (Duck, 1994a, 1994b; Gottman 1997). Kedua, harapan yang tidak realistis untuk waktu bersama, akibat keterbatasan waktu di antara individu yang terpisahkan oleh kondisi perbedaan ruang dan waktu. Oleh sebab itu mereka menganggap bahwa konflik yang berujung pada tindakan yang kasar membuat mereka merasa harus menghabiskan waktu setiap saat. Sedangkan hal ini berbanding terbalik tentang harapan yang tidak realistis, mengingat kebutuhan ekonomi dan konflik merupakan faktor yang tidak dapat terelakkan di dalam sebuah hubungan romantis. Ketiga, hubungan jarak jauh merupakan upaya yang tidak sepadan yang diusahakan oleh kedua individu dalam pasangan. Ketimpangan yang sebelumnya telah diinvestasikan lambat laun menciptakan kebencian bagi individu dalam pasangan yang memiliki upaya lebih banyak serta memunculkan perasaan bersalah bagi individu dalam pasangan yang memiliki upaya lebih sedikit.

Baron & Byrne (2005: 24) mengemukakan bahwa dalam hubungan romantis akan muncul masalah yang disebabkan oleh hal-hal seperti penghianatan atas kepercayaan, pengingkaran, kritik yang tidak membangun, dan kurangnya perhatian. Masalah utama dari pasangan *LDR* adalah kurangnya *daily sharing* dari kejadian kecil yang dialami masing-masing pasangan dan tidak realistisnya harapan mengenai waktu bersama (Wood, 2010: 329). Pasangan *LDR* yang biasanya berkomunikasi satu sama lain melalui telepon, SMS, *videocall*, dan media sosial kerap menjadi sasaran perselisihan ini. Selain itu, rasa curiga dan iri terhadap intensitas komunikasi yang buruk juga kerap menimpa pasangan *LDR*. Kecurigaan ini biasanya dipicu ketika telepon pasangan *LDR* tidak ditanggapi setelah beberapa kali mencoba. Komunikasi yang dikirim dalam waktu lama ditanggapi singkat dan lama dibalasnya.

Pacaran sendiri terbagi menjadi dua tipe, yaitu *Proximal Relationship* (PRs) dan *Long-Distance Relationship* (LDRs). *Proximal Relationship* dikenal sebagai pacaran lokal, yaitu pasangan yang menjalin hubungan pacaran berada pada lokasi kota yang sama. Sebaliknya, *Long Distance Relationship* adalah pacaran yang sering disebut dengan pacaran jarak jauh karena pasangan yang menjalin hubungan pacaran berada pada lokasi kota yang berbeda (Hampton, 2004).

Akan tetapi, jika komunikasi interpersonal yang berjalan dengan baik dan lancar, akan menimbulkan rasa percaya dengan pasangan. Untuk mendukung komunikasi interpersonal berjalan dengan baik, sikap merupakan hal penting yang harus dilakukan. Efektivitas komunikasi interpersonal dapat menyelesaikan konflik dalam hubungan mereka. Selain itu, efektivitas komunikasi interpersonal menjadi kunci dalam menjaga komitmen, karena dalam suatu hubungan harus dikomunikasikan secara jelas, baik, dan jujur sehingga sangat mempengaruhi pasangan dalam menyelesaikan konflik dan mempertahankan komitmen.

Menurut Fisher, Abdi, Ludin, Smith, William, dan William (2000) konflik adalah hubungan antara dua pihak atau lebih (individu atau kelompok) yang memiliki, atau yang merasa memiliki sasaran yang tidak sejalan. Menurut Myers (1992), ada tiga tipe konflik, yaitu konflik personal, konflik interpersonal, dan konflik kelompok. Yang akan dibahas disini yaitu masalah konflik interpersonal. Komunikasi interpersonal dalam hubungan jarak jauh (*LDR*) adalah proses pertukaran informasi, ide, pendapat, dan emosi antara dua orang yang letaknya berjauhan. Dalam *LDR*, komunikasi interpersonal sangat penting untuk menjaga hubungan harmonis dan memahami perbedaan individu. Konflik dalam komunikasi interpersonal dapat timbul dari perbedaan cara pandang, nilai, dan tujuan antara pihak yang berkomunikasi. Konflik dalam komunikasi interpersonal pada *LDR* dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor, antara lain: Perbedaan metode, tujuan dan nilai komunikasi. Konflik ini dapat sangat mengganggu hubungan *LDR* dan mempengaruhi kinerja pihak-pihak yang terlibat. Ada beberapa langkah dalam penyelesaian konflik yang bisa dilakukan pasangan dalam hubungan

menurut Achmanto (2005) yaitu, yaitu (a) mendefinisikan konflik secara jelas, (b) menilai berbagai alternatif solusi pemecahan, (c) menguji dan mengevaluasi solusi, dan (d) menerima atau menolak solusi.

## **METODE PENELITIAN**

Metodelogi penelitian dilakukan dengan menggunakan metode penelitian pengumpulan data primer (*google form*). Penelitian ini menggunakan kuesioner *online* yang dipublikasikan melalui *google form* untuk mengumpulkan data primer. Kuesioner ini berisi pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan masalah penelitiaandan setiap jawaban dari responden mempunyai makna untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan. Dengan jumlah sampele kuesioner sebanyak 15 responden. Dalam penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif yang menjadi alat utama adalah manusia artinya melibatkan peneliti sendiri sebagai instrumen (Bodgan & Biklen, 1998; Rahardjo, 2003) dengan memperhatikan kemampuan peneliti dalam hal bertanya, melacak, megamati dan mengabstraksikan sebagai alat penting yang tidak dapat digantikan dengan cara lain. Menurut Denzin & Lincoln (1994), Menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan degan jalan melibatkan berbagai metode yang ada. Erickson (1968), Menyatakan bahwa penelitian kualitatif berusaha utuk menemukan dan menggambarkan secara naratif kegiatan yang dilakukan dan dampak dari tindakan yang dilakukan terhadap kehidupan mereka.

## **PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Hasil penelitian yang peneliti temukan adalah 10 responden yang menjawab kuesioner. Sebanyak 100 % dari kalangan remaja khususnya 94,1% wanita yang menjawab kuesioner dan yang sedang menjalani hubungan LDR. Dari beberapa narasumber yang sudah mengisi *google form*, mengalami konflik hubungan yang sama. Komunikasi saat *LDR*, tidak selalu baik saja jangankan yang jarak jauh bahkan yang berdekatan saja juga sering mengalami konflik komunikasi.

Maka dari itu, komunkasi saat jarak jauh sangat penting, menurut dari beberapa narasumber, komunikasi merupakan kunci hubungan yang sehat dan penting dalam suatu hubungan, karena mereka yang sedang menjalani hubungan jarak jauh itu tanpa adanya pertemuan maka itu mereka hanya bisa dengan berkomunikasi saja, jika komunikasi tidak baikpun itu merusak hubungan keduanya. Kurangnya interaksi antar pasangan pasti sangat sering mengalami konflik komunikasi di dalam hubungannya dan mengetahui ketika komunikasi tersebut sedang tidak baik-baik saja seperti sikapnya berbeda, gerak gerik, perhatiannya juga berbeda, bahkan di sosial media sangat *slowrespon* atau tidak membalas pesannya. Mereka bisa mengatasinya dengan kemampuan hubungan mereka masing-masing dengan cara menunggu egoisnya mereda, dibicarakan bersama-sama, saling intropeksi dan saling memaafkan bahkan keduanyajuga harus saling mengerti kondisinya.

Strategi mempertahankan komunikasi hubungan *LDR* adalah kepercayaan, saling menjaga kepercayaan, memberi kabar, telfonan, bercerita dan memiliki tujuan hubungan keduanya karena itu memperkuat hubungan dan salah satu bentuk semangnt unukt mencapai tujuan hubungannya. Diambil dari empat narasumber yang sedang menajalani hubunga jarak jauh. Menurut khalisa humaira dari jurusan pendidikan agama islam, dia termasuk yang sedang mengalami hubungan *LDR*, komunikasi saat jarak jauh menurut Khalisa baik, jarak keduanya (1.498 km) NTB-Jakarta, "*komunikasi antar hubungan adalah kunci hubungan yang sehat, konflik yang kedua alami mungkin cukup sering tetapi keduanya juga mengatasinya dengan saling terbuka satu sama lain terkait apa yang keduanya rasakan. Ketika mengetahui hubungan mereka sedang tidak baik baik saja itu seperti yang dialaminya slow respon saat membalas*

*chat ataupun tidak aktif sosial media*". Strategi dan mempertahankannya menurut Khalisa Humaira dengan kepercayaan bahwa kita akan menjunjung yang lebih baik oleh karena itu dibangun dari sekarang. Menurut Ayu dari jurusan Tarjamah, komunikasi saat jarak jauh menurut Ayu tidak selalu baik saja, jarak keduanya (831,0 km) Jakarta-Pasuruan, "*komunikasi antar hubungan sangat penting karena tanpa adanya pertemuan yang mengharuskan ita selalu berkomunikasi agar menjalani dengan tenang. Konflik yang dialaminya cukup sering dan mengatasinya ari kedua belapihak bisa diselesaikan dengan tenang seperti diobrolkan bersama lewat telfon jangan terlalu egois satu sama lain harus saling mengerti karena kalau dengan egois hubungan tersebut tidak akan lama, mengetahui hubungannya tidak baik baik saja itu dapat dirasakan ada yang berbeda sikap, cara bicara maupun perhatiannya tidak seperti biasanya*". Strategi dan mengatasinya menurut Ayu saling menjaga kepercayaan karena tanpa adanya kepercayaan selalu berfikir negatif atau berprasangka tidak baik. Wafiq Amelia dari jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, komunikasi saat jarak jauh tidak selalu baik saja, jarak (482 km) Jakarta-Demak, "*komunikasi saat jarak jauh sangat penting karena tanpa komunikasi dirasa tidak baik-baik saja, konflik komunikasi yang dialami sangat sering, meyelesaikan dan mengatasinya menurut wafiq amelia dengan bicara / diobrolkan jika salah satunya tidak mau maka susah untuk diselesaikan. Dan mengetahui disaat hubungan komunikasinya sedang tidak baik di chat sangat lama atau slowreapon dan cuek*". Strategi mempertahankan komitmen dengan komunikasi seperti memberi kabar setiap hari, telfon setiap dan saling bercerita kesehariannya. Menurut Fauziyah dari jurusan Ekonomi Bisnis, hubungan komunikasi saat jarak jauh tidak selalu baik karena mood seseorang tidak selalu baik, jarak keduanya (400 km) Depok-Cilacap, "*konflik komunikasi yang dialami cukup sering, tetapi keduanya bisa menyelesaikan konflik itu dengan cara saling intropeksi dan menunggu amarah nya reda untk memulai obrolan, dan mengetahui disaat hubungannya sedang tidak baik ada yang berbeda dari gerak geriknya dan tidak seperti biasanya*". Strategi dan mempertahankan komunikasi saat ldr menurut Fauziyah harus memegang tujuan karena itu adalah salah satu bentuk semangat dan kepercayaan hubungannya.

## **Pembahasan**

Peran Teknologi dalam memediasi Komunikasi dan mengatasi Konflik dalam LDR. Membahas mengenai hubungan jarak jauh tentu tidak dapat dilepaskan dari pembahasan mengenai cara mereka berinteraksi untuk mempertahankan *intimacy* dan hubungan romantis yang telah tercipta. Karena tidak memungkinkan terjadinya komunikasi tatap muka secara rutin, maka tentunya para pasangan jarak jauh membutuhkan media untuk berkomunikasi. Teknologi komunikasi memungkinkan individu untuk melakukan *interactional contact* tanpa didahului dengan *perceptional contact*. Martin dan Nakayama (2007) menyebutkan bahwa komunikasi yang dilakukan secara *online*, menyebabkan ketiadaan *line of sight*, yakni informasi mengenai identitas lawan bicara berdasarkan karakteristik fisik yang dimilikinya. Hal tersebut memungkinkan terjadinya sebuah hubungan yang tidak didasarkan pada ketertarikan fisik ataupun seksual. Padahal, ketertarikan secara fisik dan juga kesan pertama yang didapat saat terjadi *perceptual contact* terbukti dapat mempengaruhi keinginan individu untuk mengenal lebih dekat lawan interaksinya. Sehingga, dapat dikatakan bahwa ketertarikan yang dialami oleh individu yang menjalani komunikasi secara termediasi adalah murni berdasarkan kompetensi komunikasi yang dimiliki oleh pasangannya.

Menjalani sebuah hubungan jarak jauh dimana pasangan kerap kali tidak ada saat dibutuhkan atau dalam masa-masa krusial, tentunya memberi dampak tersendiri bagi individu yang menjalaninya. Para narasumber dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa menjalani hubungan jarak jauh membawa dampak terhadap psikologis dan juga keharmonisan hubungan yang mereka jalani. Tak dapat dipungkiri bahwa rasa khawatir, rindu yang tidak terbandung, hingga rasa iri bila melihat pasangan lain yang sedang bersama kerap kali membuat perubahan

emosi seseorang. Tentunya para pasangan romantis tidak lepas dari konflik. Berdasarkan hasil penelitian, kelanggengan hubungan romantis juga dipengaruhi oleh faktor situasional, diantaranya adalah etnisitas dan tuntutan sosial. Dalam budaya kolektif seperti yang dianut masyarakat Indonesia, pengaruh orang tua, teman, atau pun norma tertentu berdampak dalam hubungan yang sedang terjalin. Suatu hubungan tidak luput dengan sebuah konflik. Konflik adalah suatu masalah yang relatif sering terjadi pada *LDR*. Sehingga setiap pasangan harus bisa mengatasi masalah tersebut. Jika tidak dapat mengatasi masalah tersebut akan dipastikan hubungan tersebut akan runtuh. Dan alam berkomunikasi dengan menggunakan media komunikasi jarak jauh pastinya akan ada beberapa hambatan yang dapat dirasakan.

Ketika sedang *video call* seperti itu kemudian sinyal kurang bagus maka video tersebut dapat terputus. Sehingga hambatan ini membuat pesan yang ingin disampaikan tidak dapat tersalurkan dengan semestinya. Adanya hambatan bagi pasangan jarak jauh, menjadikan masing-masing memiliki cara tersendiri untuk menyelesaikan masalahnya ketika menjalani hubungan jarak jauh, adanya berfikir positif dapat melahirkan rasa percaya di dalam suatu hubungan, dengan cara memahami pasangannya, mengkomunikasikan situasi dan kondisi segala hal kepada pasangan, meluangkan waktu untuk bertemu, menenangkan pasangan, tidak berburuk sangka dengan tujuan saling menghargai dan saling mengerti satu sama lainnya. Sesuai dengan fokus penelitian yang menggunakan komunikasi efektif dalam mempertahankan hubungan, ditemukan bahwa teori komunikasi interpersonal menurut West & Turner (2008:36) yang berbunyi apabila komunikasi interpersonal merujuk pada kegiatan berkomunikasi yang terjadi secara langsung di antara dua orang adalah sesuai dengan poin dua pada komunikasi efektif dalam mempertahankan hubungan yaitu *communicate* dimana masing-masing pasangan saling mempertahankan kontak walau terkadang hal-hal yang dibahas keduanya tidak selalu hal penting. Komunikasi yang lebih sering terjalin melalui bantuan alat oleh pasangan *long distance relationship* ini pun berhasil menyampaikan pesan dan tanggapan sehingga tercapainya sebuah kesimpulan bahwa dalam hubungan jarak jauh komunikasi berbasis teknologi kini amat menolong. Komunikasi berbasis teknologi yang digunakan ketiga pasangan adalah aplikasi *instant messaging*. Aplikasi *instant messaging* menurut Sutanto (2011:8) adalah perangkat lunak yang memfasilitasi pengiriman pesan singkat yang membentuk komunikasi secara langsung antara dua orang atau lebih menggunakan teks. Kemudian, komunikasi sebagai kunci mempertahankan hubungan. Dengan komunikasi, hubungan yang dilalui akan bertahan. Bagi pasangan, faktor utama dalam mempertahankan hubungan adalah keterbukaan dan kepercayaan. Meskipun di sisi lain, ada faktor lain seperti Empati, Dukungan, Sikap Positif, dan Kesetaraan. Komunikasi terbatas secara digital tidak menyelesaikan suatu konflik yang dialami disetiap pasangan, tetapi membantu mengkomunikasikan konflik tersebut. Demikian, komunikasi secara digital tetap harus dilancarkan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi Konflik Komunikasi Interpersonal dalam Hubungan *LDR*. Menurut Fisher, Abdi, Ludin, Smith, William, dan William (2000) konflik adalah hubungan antara dua pihak atau lebih (individu atau kelompok) yang memiliki, atau yang merasa memiliki sasaran yang tidak sejalan. Menurut Myers (1992), ada tiga tipe konflik, yaitu konflik personal, konflik interpersonal, dan konflik kelompok. Strategi Manajemen Konflik dalam menyelesaikan sebuah konflik, pasti dibutuhkan beberapa strategi, dimana strategi tersebut akan membantu kita dalam menyelesaikan konflik: (1) Strategi Menang-Kalah dan Menang- Menang. Seperti ditunjukkan dalam pembahasan macam-macam konflik, ketika kita melihat konflik interpersonal dalam hal menang dan kalah, kita mendapatkan empat tipe dasar: A menang B kalah, A kalah B menang, A kalah B kalah, dan A menang B menang. Strategi menang-menang adalah solusi yang paling diinginkan. Mungkin hal tersebut dikarenakan strategi menang- menang membawa kepada kepuasan bersama dan mencegah timbulnya kemarahan yang biasa terjadi pada solusi menang kalah. Strategi menang-menang membuat konflik yang terjadi selanjutnya menjadi lebih mudah. Konflik dilihat sebagai mencari solusi

daripada sebuah pertentangan. Orang lebih cenderung untuk mematuhi keputusan yang dicapai dalam hasil menang-menang dari mereka dalam menang-kalah atau kalah-kalah resolusi.

(2) *Avoidance and Active Fighting Strategies*. Penghindaran dari konflik mungkin dapat membuat seseorang berusaha melarikan diri dari situasi konflik. Untuk menghindari dari situasi, maka tidak dimunculkan negosiasi, Disini kita menolak untuk membahas konflik untuk mendengar argumen orang lain. Strategi lain untuk menghindari dari konflik adalah menggunakan suasana hening atau menangis. Jadi kita tidak dapat menghindari dari konflik, tetapi harus berani melibatkan diri atau berperan aktif dalam menghadapi konflik. (3) *Force and Talk Strategies*. Ketika dihadapkan dengan konflik, individu banyak memilih untuk tidak berurusan dengan masalah melainkan memaksa posisi mereka pada orang lain. Dalam kasus, yang sering dihindari adalah orang yang menang, karena mereka selalu mengerahkan kekuatan mereka. dan itu merupakan teknik mereka untuk melawan konflik karena merasa tidak puas dengan kekuasaan (Ronfeldt, Kimerling, & Arias, 1998). Tidak hanya kekuatan saja, tetapi strategi bicara juga dibutuhkan dalam mengatasi konflik. Karena jika kita diam dan tak berani mengungkapkan apa-apa, maka kita akan kalah dan konflik akan berlanjut.

(4) *Face Detracting and Face Enhancing Strategies*. Dalam konflik, kita seringkali tidak percaya pada pasangan kita. ada 2 strategi dimana kita selalu menganggap bahwa pasangan kita itu selalu salah, bodoh, malas dan lainnya. Tapi disisi lain, kita menganggap bahwa pasangan kita itu pintar, rajin, dan selalu yang terbaik. (5) *Verbal Aggressiveness Argumentativeness Strategies and Agresivitas verbal*. Merupakan strategi konflik dimana satu orang mencoba untuk memenangkan argumen, tidak mau mengalah dan juga menyerang konsep diri orang lain (De Vito, 2002). Untuk menghadapi suatu konflik dalam komunikasi interpersonal terdapat beberapa strategi atau gaya manajemen konflik.

Gaya manajemen konflik terdapat 5 jenis, yaitu (Beebe, Beebe, & Redmond, 2014); Menghindari konflik, dimana Individu menghindari segala komunikasi yang berkaitan dengan konflik dan mengalihkan pembicaraan. Kemudian Berkompetisi Individu akan berbicara secara agresif untuk mencapai kebutuhannya. Apabila kebutuhannya telah tercapai, maka individu merasa konflik yang dilalui telah selesai. Dalam hal ini konflik dianggapkan dimenangkan oleh individu itu sendiri dan lawan bicaranya dianggap kalah. Selain itu Akomodasi Individu mengorbankan kebutuhannya untuk memenuhi kebutuhan pihak lain. Tujuannya adalah untuk memelihara hubungan dengan damai dan menyenangkan pihak lain. Yang ke empat adalah berkompromi, individu tidak hanya fokus untuk memperjuangkan kebutuhannya sendiri, namun juga memperhatikan kebutuhan pihak lain. Tindakan yang biasadilakukan menggunakan gaya ini adalah melakukan negosiasi, pencari persetujuan dan mengemukakan ide, hingga menemukan solusi yang tepat untuk konflik yang ada (Widyastuti, 2017). Yang kelima adalah berkolaborasi. Gaya ini menunjukkan bahwa individu sangat memperhatikan kebutuhan diri sendiri dan pihak lain. Untuk berkolaborasi mencapai tujuan yang ideal, individu harus bersedia meluangkan waktu untuk berkomunikasi dan mendengarkan perspektif dan kebutuhan pihak lain.

## KESIMPULAN

Bahwa konflik dalam komunikasi interpersonal dalam LDR dapat diatasi melalui komunikasi yang terbuka, adaptasi terhadap teknologi, serta pendekatan manajemen konflik yang memperhatikan kebutuhan dan perspektif pasangan. Komunikasi dan Teknologi juga memainkan peran kunci dalam memfasilitasi komunikasi, meskipun tantangan teknis kadang-kadang dapat menghambat proses ini. Untuk menjaga hubungan jarak jauh tetap sehat dan berkelanjutan, pasangan perlu aktif dalam mengelola konflik dan memanfaatkan teknologi secara bijak sebagai alat untuk memediasi komunikasi. Dengan komunikasi yang efektif dan pengertian antara pasangan, hubungan jarak jauh dapat mengatasi tantangan-tantangan yang muncul dan tetap berkembang secara positif. Dam dengan menggunakan pendekatan ini,

pasangan dalam *LDR* dapat membangun fondasi yang kuat untuk mempertahankan hubungan mereka meskipun tantangan komunikasi dan emosional yang dialami.

## DAFTAR PUSTAKA

- Baron, Robert A., and Donn Byrne. 2005. *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Beebe, S. A., Beebe, S. J., & Redmond, M. V. 2014. *Interpersonal Communication Relating To Others*. New York: Pearson Education Limited.
- Widyastuti, T. 2017. *Pengaruh Komunikasi Asertif Terhadap Pengelolaan Konflik*. Widya Cipta.
- De Vito, Joseph H. 2002. *The Interpersonal Communication Book*. Person Education, Inc. Dalam jurnal: Gayle, Nira Tabitha, Yuli Nugraheni. 2012. *Komunikasi Antar Pribadi: Strategi Manajemen Konflik Pacaran Jarak Jauh*. Komunikatif jurnal ilmiah komunikasi. Volume 1, Nomor 1.
- Hampton, JR. P. (2004). *The Effect of Communication On Satisfaction Long-Distance and Proximal Relationships Of College Students*. Psychology Loyola University N.O
- Kurni, Girly. 2015. *Pengelolaan Hubungan Romantis Jarak Jauh (Studi Penetrasi Sosial Terhadap Pasangan Yang Terpisah Jarak Geografis Sejak Pacaran Hingga Menikah)*. Jurnal Komunikasi Indonesia Volume 4 Nomor 1
- Martin, J.N. & Nakayama, T.K. 2007. *Intercultural Communication in Contexts*. Fourth Edition. New York: McGraw-Hill Companies.
- Myers, D.G. 1992. *Exploring social psychology McGraw-Hill Inc New Jersey*.
- Nurudin, Adelia Septiani Restanti Tania. 2021. *SELF DISCLOSURE KOMUNIKASI ANTAR PRIBADI PASANGAN JARAK JAUH DALAM MEMPERTAHANKAN HUBUNGAN SAAT PHYSICAL DISTANCING ERA PANDEMIC COVID-19*. Komuniti: Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi Volume 13, Nomor 1.
- Oktariani, Mira. 2018. *POLA KOMUNIKASI PASANGAN LONG DISTANCE RELATIONSHIP DALAM MEMPERTAHANKAN HUBUNGAN MELALUI MEDIA SOSIAL LINE*. Jurnal WACANA Jurnal Ilmiah ilmu komunikasi, Volume 17, Nomor 2.
- Shabila, Shaffa. 2023. *Komunikasi Interpersonal Antara Istri Dan Suami Dalam Menghadapi Hubungan Jarak Jauh*. Jurnal e-Proceeding of Management: Volume 10, Nomor 4.
- Wijayani, Gabriel Beti Pratiwi, Qoniah Nur. 2023. *KOMUNIKASI INTERPERSONAL DALAM HUBUNGAN PASANGAN JARAK JAUH (LDR) PADA MAHASISWA UNIVERSITAS TRUNOJOYO MADURA*. Jurnal komunikasi: Gandiwa: Jurnal Komunikasi, Volume 03, Nomor 02.
- Wood, Julia T. 2014. *Interpersonal Communication: Everyday Encounters Eight Edition*. USA: Cengage Learning. <http://www.artikata.com/arti-385192-menuduh.html>
- Wood, J. T. 2015. *Interpersonal communication: Everyday encounters*. Cengage Learning.