
**PENGARUH KUALITAS KOMUNIKASI TERHADAP KUALITAS
HUBUNGAN PADA PASANGAN YANG MENJALIN HUBUNGAN LDR DI
KALANGAN MAHASISWA**

Najwa Nur Fatimah¹, Dyta Setiawati Hariyono², Aziza Fitriah³
^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: najwanurfatimah2@gmail.com¹, nandhita007@gmail.com², aziza.fitriah@umbjm.ac.id³

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji permasalahan mengenai pengaruh kualitas komunikasi terhadap kualitas hubungan pada pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh (LDR) dikalangan mahasiswa, dimana komunikasi yang intens tidak selalu berkontribusi positif terhadap kualitas hubungan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kualitas komunikasi berpengaruh terhadap kualitas hubungan LDR. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, melibatkan 100 responden yang menjalani hubungan LDR. Data dikumpulkan melalui skala kualitas komunikasi dan skala *The Perceived Relationship Quality Component*, kemudian dianalisis menggunakan regresi linier sederhana. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara kualitas komunikasi dan kualitas hubungan dengan nilai $p < 0,001$ dan koefisien determinasi R^2 sebesar 0,270, yang berarti kualitas komunikasi menjelaskan 27% dari kualitas hubungan.

Kata Kunci: Hubungan Jarak Jauh, Kualitas Komunikasi, Kualitas Hubungan, Mahasiswa.

ABSTRACT

This study examines the problem of the effect of communication quality on relationship quality in couples who are in a long-distance relationship (LDR) among students, where intense communication does not always contribute positively to relationship quality. The method used is a quantitative approach with a correlational design, involving 100 respondents who are in a LDR relationship. Data were collected through the communication quality scale and the Perceived Relationship Quality Component scale, then analyzed using simple linear regression. The results of the analysis show that there is a significant influence between communication quality and relationship quality with a p value < 0.001 and a coefficient of determination R^2 of 0.270, which means communication quality explains 27% of relationship quality.

Keywords: Long-Distance Relationship, Communication Quality, Relationship Quality, College Students.

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan orang lain dan membangun hubungan yang nyaman dengan mereka. Sering melakukan hubungan dengan seseorang dapat membuat seseorang lebih tertarik pada orang tersebut, ini terjadi ketika ada kedekatan dan kenyamanan antara satu sama lain, baik antara pria dan wanita ataupun sebaliknya. Karena adanya ketertarikan, maka dari itu muncul istilah seperti persahabatan, menyukai, mencintai dan hubungan intim yang lebih mendasar sebagai akibat dari adanya ketertarikan terhadap lawan jenis. Hubungan dengan lawan jenis juga didasari oleh keinginan untuk dicintai dan mencintai (Pratiwi & Lestari, 2017).

Kualitas hubungan merupakan salah satu cara individu mengevaluasi secara subjektif hubungan yang dilakukan bersama pasangan melalui beberapa aspek yaitu kepuasan hubungan, komitmen, keintiman, kepercayaan, gairah, dan cinta (Indrawati et al., 2018). Collins & Read (dalam Sahrani, 2024) kualitas hubungan merupakan keterikatan antar individu yang sedang menjalin sebuah hubungan dengan tujuan memberikan manfaat ketika saling berinteraksi satu sama lain, serta kebahagiaan, komitmen, dan sikap positif dihasilkan dari kualitas hubungan.

Kualitas hubungan dalam konteks hubungan LDR mencakup berbagai aspek, seperti kepercayaan, komitmen, dan kepuasan, yang semuanya berkontribusi pada keberlangsungan dan kesehatan hubungan. Dalam hubungan LDR pasangan sering kali harus menghadapi perasaan kesepian dan ketidakpastian, yang dapat memengaruhi persepsi mereka terhadap kualitas hubungan. Selain itu, kualitas hubungan dalam hubungan LDR juga dipengaruhi oleh bagaimana pasangan mengelola ekspektasi dan menghadapi tantangan yang muncul. Pasangan yang mampu beradaptasi dengan situasi dan memiliki pemahaman yang jelas tentang tujuan bersama cenderung memiliki kualitas hubungan yang lebih baik (Arfensia et al., 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara dengan tiga subjek yang menjalin hubungan LDR, subjek pertama mengungkapkan bahwa selama menjalani hubungan tersebut, mereka sering mengalami pertengkaran, baik kecil maupun besar, yang umumnya disebabkan oleh kesalahpahaman antara kedua belah pihak. Salah satu pemicunya adalah kesibukan pihak laki-laki dalam pekerjaannya, yang menyebabkan ia sering lupa memberi informasi terkait dirinya kepada pasangannya. Hal ini memicu kemarahan dan menimbulkan kecurigaan dari pihak perempuan. Ketika terjadi pertengkaran, mereka segera mendiskusikan permasalahan yang terjadi dan berusaha mencari solusi yang adil bagi kedua belah pihak.

Subjek kedua juga menyatakan bahwa menjalani hubungan LDR bukanlah hal yang mudah karena kedua belah pihak harus saling memahami kesibukan masing-masing. Subjek mengalami pertengkaran ketika pihak perempuan mengungkapkan rasa rindu dan meminta pasangannya untuk berkomunikasi melalui panggilan video. Namun, pihak laki-laki menolak permintaan tersebut karena masih sibuk bekerja. Akibat perbedaan ini, mereka memilih untuk saling diam dan tidak berkomunikasi untuk sementara waktu, dan menyelesaikan permasalahan ini dihari berikutnya melalui panggilan telepon. Sementara itu, subjek ketiga mengungkapkan bahwa mereka sering mempermasalahkan hal-hal kecil, seperti ketika pihak laki-laki pergi bersama teman-temannya tanpa memberi tahu pasangannya terlebih dahulu. Selain itu, subjek juga menyatakan bahwa mereka kerap bertengkar mengenai kebiasaan menelepon pada malam hari. Pihak perempuan meminta komunikasi lebih intens di luar jam kesibukan mereka masing-masing untuk berbicara lebih dalam (*deep talk*) dan menghabiskan waktu bersama.

Salah satu hambatan utama pasangan LDR adalah jumlah komunikasi yang terbatas dan kontak fisik yang minim. Faktor penting dalam menentukan kualitas hubungan pasangan LDR adalah komunikasi. Komunikasi dalam hal ini sangat penting untuk membangun kualitas hubungan seperti kepuasan hubungan, komitmen, keintiman,

kepercayaan, hasrat, dan cinta. Kualitas komunikasi di sini mencakup kualitas interaksi sosial, hubungan sosial antara pihak pengirim dan penerima, serta kemampuan untuk mempertahankan informasi yang telah disampaikan (Pratiwi & Lestari, 2017).

Kualitas hubungan dalam hubungan LDR sangat dipengaruhi oleh cara pasangan dalam mengelola komunikasi, membangun rasa saling percaya, dan mempertahankan komitmen mereka. Meskipun adanya keterbatasan fisik menjadi tantangan tersendiri, pasangan yang mampu berkomunikasi secara terbuka cenderung memiliki hubungan yang lebih stabil dan memberikan kepuasan emosional yang lebih besar (Crystal Jiang & Hancock, 2013). Kualitas komunikasi yang buruk sering kali berhubungan dengan meningkatnya stres dan ketidakpuasan dalam hubungan (Pratiwi & Lestari, 2017). Oleh karena itu, penting bagi pasangan untuk memahami dinamika komunikasi mereka dan berusaha untuk meningkatkan kualitas interaksi agar dapat mempertahankan hubungan yang sehat dan bahagia.

Hubungan LDR dikalangan mahasiswa semakin umum seiring dengan meningkatnya mobilitas pendidikan dan pekerjaan. Meskipun menawarkan kesempatan untuk mengembangkan diri secara individu, LDR sering kali menghadirkan tantangan tersendiri, terutama dalam hal komunikasi. Kualitas komunikasi yang baik dianggap sebagai salah satu faktor kunci yang dapat memengaruhi kualitas hubungan pasangan yang menjalani LDR. Penelitian menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif dapat membantu mengurangi ketidakpastian dan meningkatkan kepercayaan antara pasangan, sekaligus mengurangi risiko konflik yang dapat merusak hubungan (Pistole & Roberts, 2011).

Salah satu aspek penting dari komunikasi dalam hubungan LDR adalah keterbukaan dan kejujuran. Mahasiswa yang mampu berkomunikasi secara terbuka cenderung memiliki hubungan yang lebih kuat dan saling mendukung (Setiawan et al., 2024). Penelitian oleh Oommen dan Sekhar (2024) menyoroti bahwa komunikasi yang transparan dan jujur tidak hanya membangun kepercayaan, tetapi juga memperkuat ikatan emosional di antara pasangan (Oommen & Sekhar, 2024). Dalam konteks ini,

mahasiswa perlu mengembangkan keterampilan komunikasi yang efektif untuk mengatasi tantangan yang muncul akibat jarak fisik.

Kualitas komunikasi memainkan peran penting dalam menentukan keberhasilan hubungan. Penelitian menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif dapat meningkatkan kepercayaan dan kepuasan dalam hubungan. Sebuah studi oleh Nuraeni dan Lalana (2024) menemukan bahwa frekuensi komunikasi yang intens dan keterbukaan dalam berkomunikasi menjadi kunci utama dalam mempertahankan hubungan dikalangan mahasiswa. Mereka tetap menjalin komunikasi meskipun terpisah oleh jarak dengan memanfaatkan beragam media, seperti panggilan telepon, pesan singkat, dan *video call*.

Altaira, E. & Nashori, (2008) menyatakan bahwa komunikasi yang efektif dan berkualitas tinggi dapat memperkuat hubungan serta memungkinkan penyelesaian masalah, sementara komunikasi yang kurang baik dapat mengganggu hubungan dan biasanya menyebabkan konflik yang terus berlanjut. Komunikasi yang berlangsung dengan baik mencerminkan interaksi yang berhasil dan dianggap efektif, sedangkan komunikasi yang kurang baik menunjukkan adanya hambatan atau ketidakefektifan dalam proses penyampaian pesan. Kualitas komunikasi dapat dilihat bahwa keberhasilan komunikasi tidak tergantung pada kemampuan berbicara seseorang, tetapi juga oleh efektivitas dan kualitas komunikasi itu sendiri (Rakhmat, 2007). Namun, tantangan dalam komunikasi tetap ada. Penelitian oleh Nasichah et al. (2024) menemukan bahwa kurangnya keterbukaan dan kesulitan dalam mengekspresikan perasaan dapat menghambat efektivitas komunikasi. Komunikasi yang tidak efektif dapat menyebabkan konflik yang berkepanjangan dan ketidakpuasan dalam hubungan.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini berfokus pada pengaruh kualitas komunikasi terhadap kualitas hubungan pada pasangan LDR dikalangan mahasiswa.

Tujuannya adalah untuk mengetahui apakah kualitas komunikasi berpengaruh terhadap kualitas hubungan LDR. Manfaat dilakukannya penelitian ini dalam teoritis adalah untuk menambah pemahaman tentang kualitas hubungan LDR dalam hal komunikasi. Selain itu, penelitian ini bermanfaat dibidang psikologi sosial dan

perkembangan, serta bisa menjadi referensi bagi studi akademik tentang kualitas hubungan LDR. Secara praktis, penelitian ini membantu pasangan LDR dalam menjaga komunikasi dan mengatasi konflik.

Kualitas Komunikasi

Devito (dalam Nanda & Kartika, 2017) terdapat lima sikap yang menjadi indikator kualitas komunikasi yaitu (1) keterbukaan, kesediaan untuk mendengarkan serta menyampaikan informasi penting kepada pihak lain, (2) empati, kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dialami orang lain seolah berada di posisi mereka, termasuk melihat permasalahan dari sudut pandang orang tersebut, (3) sikap mendukung, semua pihak yang berkomunikasi berkomitmen untuk mendukung terselenggaranya interaksi terbuka, (4) sikap positif, yang mencerminkan pentingnya memiliki pikiran dan perasaan yang baik terhadap lawan bicara, tanpa prasangka atau kecurigaan, (5) kesetaraan, yakni pandangan bahwa kedua pihak dalam komunikasi memiliki nilai dan kepentingan yang sama-sama penting.

Kualitas komunikasi adalah kegiatan dasar bagi manusia, yang memungkinkan mereka untuk saling berinteraksi dan berbagi informasi. Sebagai makhluk sosial, setiap individu pasti terlibat dalam komunikasi karena saling membutuhkan satu sama lain (Pratama et al., 2017). Menurut Miller (dalam Harahap et al., 2021) mendefinisikan komunikasi sebagai proses menyampaikan pernyataan yang dilakukan oleh seseorang sebagai akibat dari hubungan sosial.

Dari pendapat yang dikemukakan oleh para ahli tersebut maka dapat disimpulkan kualitas komunikasi adalah proses pertukaran pesan antara individu yang melibatkan pengiriman dan penerimaan informasi, yang dalam situasi tertentu dapat terganggu oleh hambatan, serta memungkinkan adanya umpan balik. Kualitas komunikasi adalah aspek fundamental dalam interaksi manusia, yang memungkinkan mereka untuk saling berbagi informasi dan berinteraksi sebagai makhluk sosial yang saling membutuhkan. Menurut Miller, komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk menyampaikan

pernyataan, tetapi juga sebagai hasil dari hubungan sosial yang terjadi antar individu, yang pada akhirnya membentuk dasar dari kehidupan sosial itu sendiri.

Kualitas Hubungan

Kualitas hubungan adalah bagaimana seseorang menilai pasangannya dan hubungan yang dijalani, baik dari sisi positif maupun negatif. Penilaian ini mencakup enam aspek utama sebagaimana dijelaskan oleh Menurut Fletcher et al, (dalam Indrawati et al., 2018) yaitu, (1) kepuasan hubungan, menggambarkan tingkat kebahagiaan individu dalam hubungan serta makna hubungan tersebut bagi mereka, (2) kepercayaan, yaitu sejauh mana individu percaya kepada pasangannya, termasuk seberapa sering mereka saling mengandalkan, (3) komitmen, menunjukkan sejauh mana seseorang berkomitmen dalam hubungan, seberapa besar pengorbanan yang diberikan untuk menjaga hubungan, serta tingkat kesetiaan terhadap pasangannya, (4) gairah, yaitu dorongan dan keinginan untuk menjalin hubungan dengan pasangan, termasuk intensitas hubungan seksual, (5) keintiman, yang mencerminkan kedekatan emosional antara individu dan pasangan; dan (6) cinta, yang mencakup rasa sayang, kekaguman, serta penghargaan terhadap pasangan.

Collins & Read (dalam Sahrani, 2024) kualitas hubungan merupakan keterikatan antar individu yang sedang menjalin sebuah hubungan dengan tujuan memberikan manfaat ketika saling berinteraksi satu sama lain, serta kebahagiaan, komitmen, dan sikap positif dihasilkan dari kualitas hubungan. Rusbult & Buunk, (1993) kualitas hubungan dapat dipahami sebagai dimensi interpersonal yang mencakup kepuasan, komitmen, dan kepercayaan. Kualitas hubungan yang tinggi ditandai dengan adanya saling pengertian dan dukungan emosional antara pasangan, yang berkontribusi pada stabilitas dan keberlangsungan hubungan.

Dapat disimpulkan bahwa kualitas hubungan adalah komponen penting yang mencakup ikatan yang dimiliki setiap orang satu sama lain dan keuntungan yang dihasilkan dari interaksi mereka satu sama lain, serta komitmen, kebahagiaan, dan sikap

positif adalah hasil dari hubungan yang baik. Kualitas hubungan yang tinggi ditandai dengan saling pengertian dan dukungan emosional, yang berkontribusi pada stabilitas dan keberlangsungan hubungan.

Dinamika Kualitas Komunikasi Terhadap Kualitas Hubungan

Kualitas komunikasi berperan penting dalam menjaga kualitas hubungan LDR, tidak hanya sebagai alat bertukar informasi tetapi juga sebagai sarana membangun kepercayaan, komitmen, dan ikatan emosional (Nanda & Kartika, 2017). Menurut Fletcher et al. (dalam Soetjningsih, 2023), kualitas hubungan ditentukan oleh kepuasan, kepercayaan, komitmen, gairah, keintiman, dan cinta. Semuanya dipengaruhi oleh cara pasangan berkomunikasi. Komunikasi yang terbuka meningkatkan kepercayaan dan kepuasan, sedangkan komunikasi yang buruk dapat menyebabkan kesalahpahaman dan menurunkan keintiman. Dalam hubungan LDR, keterbatasan interaksi fisik menjadikan komunikasi sebagai faktor utama dalam menjaga hubungan tetap harmonis. Pasangan yang mampu berkomunikasi secara rutin dan terbuka lebih mungkin memiliki kualitas hubungan stabil, sementara hambatan komunikasi seperti kurangnya waktu atau kesalahpahaman dapat menurunkan kualitas hubungan (Altaira, E. & Nashori, 2008).

Afrilya et al. (2024) menyoroti bahwa perbedaan ekspektasi terhadap waktu bersama dan kesulitan berbagi keseharian dapat menyebabkan ketidakpuasan. Arfensia et al. (2021) menambahkan bahwa pasangan LDR menghadapi tantangan lebih besar dibandingkan pasangan jarak dekat, seperti kesulitan mengekspresikan emosi dan meningkatnya ketidakpastian. Secara keseluruhan, komunikasi yang efektif meningkatkan kepuasan, kepercayaan, dan komitmen dalam kualitas hubungan LDR, sementara komunikasi yang buruk dapat memperburuk konflik dan menurunkan kualitas hubungan. Oleh karena itu, menjaga komunikasi berkualitas menjadi kunci utama dalam mempertahankan hubungan jarak jauh yang harmonis.

Hipotesis

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini berasumsi bahwa adanya pengaruh kualitas komunikasi terhadap kualitas hubungan pada pasangan yang menjalin hubungan LDR di kalangan mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sugiyono, (2015) mengemukakan bahwa pendekatan kuantitatif memenuhi kaidah ilmiah, seperti konkret, empiris, objektif, terukur, rasional, dan sistematis, di mana data yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data melalui instrumen penelitian, dan menganalisis data secara kuantitatif atau statistik, dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditentukan. Menurut Sugiyono, (2015) desain penelitian korelasional merupakan tipe penelitian dengan karakteristik masalah berupa hubungan korelasional antara dua variabel atau lebih.

Variabel Penelitian

Variabel independen atau bebas (X) dalam penelitian ini adalah kualitas komunikasi. Kualitas komunikasi adalah kegiatan dasar bagi manusia, yang memungkinkan mereka untuk saling berinteraksi dan berbagi informasi (Pratama et al., 2017). Variabel dependen atau terikat (Y) dalam penelitian ini adalah kualitas hubungan. Kualitas hubungan adalah evaluasi seseorang tentang pasangan dan hubungannya secara negatif atau positif (Indrawati et al., 2018).

Responden Penelitian

Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang menjalani hubungan LDR. Dalam penelitian ini, populasi tidak diketahui secara data, sehingga pengambilan sampel yang dilakukan dengan teknik *non-probability sampling* menggunakan metode *insidental sampling*, yang disesuaikan dengan kriteria spesifik, yaitu (1) Memiliki hubungan LDR

minimal 2 tahun, (2) Memiliki hubungan LDR jarak lebih dari 150 kilometer. *Insidental sampling* yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2015). Berdasarkan Roscoe (dalam Azwar, 2017), jumlah sampel sebanyak 100 sudah dianggap memadai, maka dari itu dalam penelitian ini melibatkan 100 responden yang berada dalam hubungan LDR.

Tabel 1 *Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin*

Jenis Kelamin	N	%
Laki-laki	31	31%
Perempuan	69	69%

Pada tabel 1, sebagian besar partisipan berjenis kelamin perempuan 69% sementara sisanya 31% merupakan laki-laki.

Instrumen Penelitian

Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Skala Kualitas Komunikasi dan Skala *The Perceived Relationship Quality Component*. Skala kualitas komunikasi ini dibuat oleh Pratiwi & Lestari, (2017) disusun berdasarkan aspek Devito. Contoh aitem skala kualitas komunikasi seperti (“Ketika bertemu dengan pasangan, saya membuka pembicaraan terlebih dahulu”) untuk aspek keterbukaan, (“Ketika pasangan saya sedang marah, saya berusaha untuk menenangkannya”) untuk aspek empati, (“Ketika pasangan saya gagal melakukan sesuatu, saya akan memintanya untuk mencoba kembali”) untuk aspek sikap mendukung, (“Saya akan menasehati pasangan saya ketika ia melakukan perbuatan yang tidak baik”) untuk aspek sikap positif, dan (“Saya akan mengucapkan kata maaf kepada pasangan ketika saya melakukan kesalahan”) untuk aspek kesetaraan. Model skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala likert. Terdiri dari 36 aitem dengan 4 pilihan jawaban, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Reliabilitas skala kualitas komunikasi yang diukur

dengan *Cronbach's Alpha* menunjukkan nilai sebesar 0,887. Sementara itu, nilai korelasi antar item terhadap total berkisar antara 0,253 hingga 0,575.

Skala kualitas hubungan yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *The Perceived Relationship Quality Component* yang telah divalidasi oleh Fletcher et al (dalam Indrawati et al., 2018) dan diadaptasi ke dalam bahasa indonesia oleh Indrawati et al., (2018) . Disusun berdasarkan komponen dari Fletcher et al. Contoh aitem dari skala *The Perceived Relationship Quality Component* yaitu (“Sejauh mana anda merasa cukup dengan hubungan anda”) untuk komponen kepuasan hubungan, (“Seberapa berkomitmenkah anda terhadap hubungan anda”) untuk komponen komitmen, (“Seberapa terhubungkah anda dengan pasangan anda”) untuk komponen keintiman, (“Seberapa besar anda mempercayai pasangan anda”) untuk komponen kepercayaan, (“Seberapa gairahkah hubungan anda”) untuk komponen gairah, dan (“Seberapa besar anda mencintai pasangan anda”) untuk komponen cinta. Model skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala likert yang terdiri dari 18 aitem dengan 7 pilihan jawaban, Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Cukup Tidak Setuju (CTS), Netral (N), Cukup Setuju (CS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Adapun nilai reliabilitas setiap dimensi yaitu kepuasan hubungan 0,909, komitmen 0,835, keintiman 0,814, kepercayaan 0,859, gairah 0,834, dan cinta 0,735.

Prosedur dan Analisis Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara *daring* melalui *Google Form* yang dibagikan melalui platform media sosial seperti *WhatsApp* dan *Instagram* kepada mahasiswa yang sedang menjalin hubungan jarak jauh. Untuk menentukan instrumen pengumpulan data dilakukan tahapan uji coba (*try out*). Uji coba ini bertujuan untuk menguji reliabilitas guna menilai tingkat keandalan instrumen dalam menghasilkan data yang konsisten, serta uji validitas untuk memastikan kesesuaian instrumen dengan variabel yang diukur. Setelah data terkumpul, analisis akan dilakukan dengan menggunakan regresi linier sederhana yang bertujuan untuk mengetahui

seberapa besar pengaruh variabel bebas (*independen*) kualitas komunikasi terhadap variabel terikat (*dependen*) kualitas hubungan. Analisis regresi linear sederhana adalah metode statistik parametrik yang digunakan untuk melihat perubahan yang terjadi pada satu variabel terikat (kualitas hubungan) berdasarkan satu variabel bebas (kualitas komunikasi) (Iba, 2024). Dalam penelitian ini, uji normalitas menggunakan *kolmogorov smirnov*, sementara itu uji linieritas dilakukan melalui *via annova*. Perangkat lunak yang digunakan dalam penelitian ini adalah JASP (*Jeffreys's Amazing Statistics Program*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian kuantitatif, pengujian asumsi dan hipotesis merupakan langkah dalam analisis statistik. Pada penelitian ini, kedua uji tersebut dilakukan menggunakan perangkat lunak JASP, dengan hasil data sebagai berikut:

Tabel 2 Uji Asumsi

Uji Asumsi	Kualitas Komunikasi		Kualitas Hubungan		Kualitas Hubungan	
	Statistic	P	Statistic	P	Statistic	P
1 Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	0.070	0.706	0.097	0.306	-	-
2 Uji Linearitas Linearity	-	-	-	-	36.206	< .001

Berdasarkan Tabel 2, nilai signifikansi variabel kualitas komunikasi dan kualitas hubungan masing-masing adalah 0,706 dan 0,306 ($p > 0,05$), yang menandakan bahwa data terdistribusi secara normal. Uji *Kolmogorov-Smirnov* juga mendukung bahwa kedua variabel memenuhi asumsi normalitas. Uji linearitas melalui *ANOVA* menunjukkan nilai *F-Linearity* sebesar $< 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan linear antara kedua variabel. Sementara itu, uji korelasi menggunakan *Pearson's r* menyatakan bahwa hubungan dianggap signifikan jika $p < 0,05$. Rincian hasil dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3 Uji Korelasi

Variabel	Kualitas Komunikasi (<i>Pearsons's r</i>)	Kualitas Hubungan (<i>Pearsons's r</i>)	P
Kualitas Komunikasi Terhadap Kualitas Hubungan	-0.519	-0.519	< .001

Tabel hasil uji korelasi memperlihatkan adanya hubungan negatif antara kualitas komunikasi dan kualitas hubungan, dengan nilai koefisien -0.519 ($P < 0,001$). Setelah itu, dilakukan analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui sejauh mana satu variabel memengaruhi variabel lain. Hasil uji tersebut dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4 Uji Model Summary

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H1	0.519	0.270	0.262	13.647

Hasil dari uji *model summary* menunjukkan nilai R sebesar 0.519 dan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0.270. Artinya kualitas komunikasi berkontribusi sebesar 27% terhadap kualitas hubungan.

Tabel 5 Uji Coefficients

Model		Unstandardize d	Standar Error	Standardized	t	p
H1	(Intercept)	146.423	7.694		19.030	< .001
	Kualitas Komunikasi	-0.710	0.118	-0.519	-6.017	< .001

Tabel hasil uji *coefficients* menunjukkan, bahwa kualitas komunikasi berpengaruh terhadap kualitas hubungan, dengan nilai koefisien (b) sebesar -0.710, standar error (SE) sebesar 0.118, dan nilai signifikansi $p < 0.05$).

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Kualitas Komunikasi

Kategori	N	%
Tinggi	11	11%
Sedang	89	89%
Rendah	0	0%

Tabel di atas menunjukkan bahwa 11% partisipan memiliki kualitas komunikasi dalam kategori tinggi, sementara 89% berada pada kategori sedang, dan tidak ada partisipan yang berada pada kategori rendah.

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Kualitas Hubungan

Kategori	N	%
Tinggi	79	79%
Sedang	20	20%
Rendah	1	1%

Tabel di atas memperlihatkan bahwa secara keseluruhan, kualitas hubungan berada pada kategori tinggi sebesar 79%, kategori sedang sebesar 20%, dan hanya 1% yang masuk dalam kategori rendah.

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aspek Kualitas Komunikasi

No	Aspek	Kategori	Tinggi		Sedang		Rendah	
			N	%	N	%	N	%
1.	Keterbukaan		2	2%	93	93%	5	5%
2.	Empati		4	4%	95	95%	1	1%
3.	Sikap		61	61%	39	39%	0	0%
4.	Mendukung		14	14%	85	85%	1	1%
5.	Sikap Positif Kesetaraan		28	28%	72	72%	0	0%

Tabel tersebut menunjukkan distribusi tingkat kualitas komunikasi berdasarkan lima aspek yang berbeda, disertai dengan jumlah partisipan dan persentasenya dari total keseluruhan. Aspek dengan persentase tertinggi adalah empati, di mana 95% partisipan berada pada kategori sedang.

Tabel 9 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aspek Kualitas Hubungan

No	Aspek	Kategori	Tinggi		Sedang		Rendah	
			N	%	N	%	N	%
1.	Kepuasan		79	79%	20	20%	1	1%
2.	Hubungan		80	80%	17	17%	3	3%
3.	Komitmen		71	71%	27	27%	2	2%
4.	Keintiman		71	71%	22	22%	7	7%

5.	Kepercayaan Gairah	27	27%	47	47%	26	26%
6.	Cinta	81	81%	17	17%	2	2%

Tabel tersebut memperlihatkan sebaran tingkat kualitas hubungan berdasarkan enam aspek yang berbeda, lengkap dengan jumlah partisipan dan persentasenya dari total keseluruhan. Aspek dengan persentase tertinggi adalah cinta, di mana 81% partisipan masuk dalam kategori tinggi pada aspek tersebut.

Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kualitas komunikasi terhadap kualitas hubungan pada pasangan yang menjalin hubungan LDR dikalangan mahasiswa. Dari hasil analisis mengenai pengaruh kualitas komunikasi terhadap kualitas hubungan, diperoleh nilai signifikan sebesar < 0.001 yang mengindikasikan bahwa variabel bebas, yaitu kualitas komunikasi berpengaruh terhadap variabel terikat, yaitu kualitas hubungan. Selain itu, nilai *R Square* sebesar 0.270 menunjukkan bahwa kualitas komunikasi mampu menjelaskan 27% variasi yang terjadi dalam kualitas hubungan. Dengan demikian, kualitas komunikasi memberikan kontribusi sebesar 27% terhadap perubahan dalam kualitas hubungan yang dirasakan oleh pasangan LDR dikalangan mahasiswa. Artinya, hipotesis dalam penelitian ini terbukti, yaitu terdapat pengaruh antara kualitas komunikasi dan kualitas hubungan pada pasangan yang menjalin hubungan LDR dikalangan mahasiswa. Hasil ini sejalan dengan Rahayu et al., (2024) yang menunjukkan bahwa intensitas komunikasi mempunyai pengaruh terhadap kualitas hubungan berpasangan. Rismayanti et al., (2023) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal memiliki pengaruh terhadap efikasi diri pada mahasiswa. Penelitian oleh Arifah, (2021) juga menunjukkan kemampuan komunikasi interpersonal memiliki pengaruh terhadap kepuasan pernikahan pada pasangan menikah ta'aruf. Selain itu, penelitian oleh Wijaya & Loisa, (2024) juga menunjukkan bahwa terdapat

pengaruh antara intensitas komunikasi terhadap kualitas hubungan berpasangan.

Berdasarkan hasil uji korelasi yang menunjukkan nilai sebesar -0,519, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kualitas komunikasi dan kualitas hubungan. Artinya, semakin tinggi kualitas komunikasi yang dimiliki seseorang, maka cenderung semakin rendah kualitas hubungannya, begitu pula sebaliknya. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fakhra et al., (2015) bahwa intensitas komunikasi antarpribadi dan tingkat kecemburuan terhadap kualitas hubungan asmara pasangan LDR tidak berpengaruh secara langsung terhadap kualitas hubungan asmara pasangan LDR. Hal ini dikarenakan adanya konsep diri dari masing-masing responden yang berbeda. Temuan ini mungkin tampak bertentangan dengan anggapan umum bahwa komunikasi yang baik akan memperkuat hubungan. Namun, dalam konteks hubungan jarak jauh (LDR), kualitas maupun intensitas komunikasi yang tinggi tidak selalu menunjukkan kualitas hubungan yang sehat (Fakhra et al., 2015).

Berdasarkan hasil analisis deskriptif kualitas komunikasi pada aspek keterbukaan (5%) rendah dan pada aspek sikap mendukung (61%) tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pasangan LDR cenderung memiliki tingkat keterbukaan yang rendah dalam komunikasi, sehingga belum mampu membangun kedekatan emosional yang mendalam. Hasil ini selaras dengan temuan penelitian oleh Sarosija (2024), di mana sebagian responden LDR menunjukkan tingkat *self-disclosure* dalam kategori rendah, yang berdampak pada menurunnya kualitas hubungan. Penelitian Chang (2023) menyatakan bahwa empati, keterbukaan, kesetaraan, dan sikap positif merupakan aspek penting dalam komunikasi karena mampu meningkatkan sikap positif dalam menjalani hubungan dan rasa percaya diri antar pasangan.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, pada komitmen (80%), cinta (81%) memiliki kategori tinggi, kecuali pada aspek gairah (47%) yang memiliki kategori sedang. Penelitian oleh Christie & Maria (2020) menunjukkan bahwa komponen *intimacy*, *passion*, dan *commitment* tetap muncul kuat dalam LDR, meskipun tidak selalu lebih

tinggi dibanding pasangan yang dekat secara fisik. Penelitian Widiastuti et al., (2024) juga mengatakan bahwa dalam hubungan jarak jauh, keterbatasan interaksi fisik dapat menurunkan intensitas ungkapan gairah emosional, seperti sentuhan atau kedekatan fisik yang secara langsung. Dalam konteks ini, kualitas komunikasi menjadi aspek penting yang dapat mengisi kekosongan akibat keterbatasan fisik, di mana intensitas komunikasi yang efektif mampu memperkuat hubungan emosional dan mempertahankan kualitas hubungan meskipun dipisahkan oleh jarak

Penelitian ini memiliki kekuatan yaitu pada bagian hasil, sebagai temuan baru yang membahas adanya pengaruh negatif antara kualitas komunikasi terhadap kualitas hubungan pada mahasiswa yang menjalani hubungan LDR berdasarkan berbagai perspektif peneliti yang telah dibahas sebelumnya, sedangkan keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada subjek yang diteliti, yaitu hanya melibatkan individu yang menjalani hubungan LDR dan berstatus sebagai mahasiswa. Oleh karena itu, hasil penelitian ini tidak dapat diterapkan secara menyeluruh pada seluruh pasangan LDR, seperti pasangan yang sudah menikah, bekerja, atau berada dalam rentang usia yang berbeda.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kualitas komunikasi terhadap kualitas hubungan pada pasangan yang menjalin hubungan LDR di kalangan mahasiswa. Meskipun kualitas komunikasi diharapkan dapat memperkuat hubungan, hasil penelitian ini justru menunjukkan bahwa semakin tinggi kualitas komunikasi, semakin rendah kualitas hubungan yang dirasakan oleh pasangan.

Penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pasangan mahasiswa yang menjalin hubungan jarak jauh, pasangan perlu menyadari bahwa komunikasi yang terlalu sering dan rutin tanpa kedalaman emosional dapat berpotensi menurunkan kualitas hubungan. Oleh karena itu, penting bagi pasangan untuk mengembangkan cara komunikasi yang lebih bermakna dan emosional, serta menghindari rutinitas yang monoton. Saran untuk

peneliti selanjutnya adalah untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai apa saja yang mempengaruhi kualitas hubungan dalam konteks LDR, seperti dinamika emosional, kepercayaan, dan cara pasangan mengatasi konflik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilya, A., Azzahra, K., & Syarifah, T. (2024). Konflik Komunikasi Interpersonal Dalam Long-Distance Relationship (LDR) Studi Kasus Pada Mahasiswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 30-36.
- Altaira, E. & Nashori, F. (2008). Hubungan Antara Kualitas Komunikasi Dengan Kepuasan Dalam Perkawinan Pada Istri. *Naskah Publikasi*, 1-27.
- Arfensia, D. S., Wulandari, P. D., Respianto, R., Agassi, S. K., Ristiana, R., Wiguna, P. V., Hendriani, W., & Alfian, I. N. (2021). Relationship Quality in Early Adult Individuals That Are in Long-Distance Relationships. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(2), 141-155.
<https://doi.org/10.32923/psc.v3i2.1858>
- Arifah, P. (2021). Pengaruh Kemampuan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Menikah Ta'Aruf. *Mediakom : Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(2), 200-210. <https://doi.org/10.35760/mkm.2021.v5i2.4849>
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Pustaka Pelajar.
- Chang, X. (2023). Communication Posture and Long-Distance Romantic Relationship Satisfaction: The Intermediary of Positive Psychological Capital. *Advances in Social Sciences*, 12(05), 2209-2216. <https://doi.org/10.12677/ass.2023.125299>
- Christie, F., & Maria, C. (2020). Tipe Love pada Individu yang Berpacaran Long Distance Relationship dan Proximal Relationship di Bandung. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 4(3), 205-224. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v4i3.2527>
- Crystal Jiang, L., & Hancock, J. T. (2013). Absence makes the communication grow fonder: Geographic separation, interpersonal media, and intimacy in dating relationships. *Journal of Communication*, 63(3), 556-577. <https://doi.org/10.1111/jcom.12029>

- Fakhrana, Z. N., Naryoso, A., Purbaningrum, D., & Lailiyah, N. (2015). Pengaruh Intensitas Komunikasi Antarpribadi dan Tingkat Kecemburuan terhadap Kualitas Hubungan Asmara Pasangan LDR. *Interaksi Online*, 4(1), 183391. <https://www.neliti.com/id/publications/183391/>
- Harahap, S. W., Br. Ginting, R. R., Rasyidin, M., & Sahputra, D. (2021). Komunikator dan Komunikan dalam Pengembangan Organisasi. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 3(1), 106-114. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v3i1.629>
- Iba, W. A. & Z. (2024). Analisis Regresi Dan Analisis Jalur Untuk Riset Bisnis Menggunakan SPSS & SMART-PLS. CV.EUREKA MEDIA AKSARA.
- Indrawati, F., Sani, R., & Ariela, J. (2018). Hubungan Antara Harapan Dan Kualitas Hubungan Pada Dewasa Muda Yang Sedang Menjalani Hubungan Pacaran. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 5(1), 72. <https://doi.org/10.24854/jpu12018-98>
- Nanda, P., & Kartika, R. (2017). Lima Kualitas Sikap Komunikasi Antar Pribadi Oleh Unit Customer Complaint Handling PT BNI Life Insurance. *CoverAge: Journal of Strategic*, 8(1), 1-11.
- Nasichah, Indriani, Y., Fatah, F. N., & Putri, A. T. (2024). Komunikasi efektif dalam meningkatkan kualitas hubungan interpersonal di lingkungan kelas BPI 4B UIN Jakarta. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 1(12), 504-510. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.12821036>
- Nuraeni, R., & Lalana, S. A. L. (2024). Komunikasi interpersonal melalui media sosial pada mahasiswa yang menjalani hubungan jarak jauh. *E-Proceeding of Management*, 11(6), 6755-6764.
- Oommen, A. M., & Sekhar, D. A. (2024). Bridging the distance: Effective communication and honesty among college students in romantic long-distance relationships. *International Journal for Multidisciplinary Research (IJFMR)*, 6(2), 1-10.
- Pistole, M. C., & Roberts, A. (2011). Measuring long-distance romantic relationships: A validity study. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 44(2), 63-76. <https://doi.org/10.1177/0748175611400288>

- Pratama, R. A., Anggraini, R., & Hermano, D. H. (2017). Kualitas Komunikasi Interpersonal Dosen Dan Motivasi Mahasiswa Dalam Menulis Skripsi. *Jurnal Komunikasi*, 114-122.
- 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>
- Rahayu, A. A., Sandy, F., & Suryaningtyas, A. A. (2024). The Effect of Interpersonal Communication Intensity on Long Distance Relationship Success. *Ahmad Dahlan International Conference on Communication and Media*, 02(01), 235-241.
<https://doi.org/10.26555/adicom.v2i1.15507>
- Rakhmat, J. (2007). *Psikologi Komunikasi*. PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Rismayanti, A., Nurmalasari, A., Fathin, Z. K., & Fariha, N. F. (2023). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Efikasi Diri Mahasiswa Kampus 3 Universitas Mercu Buana Yogyakarta. *SOSFILKOM*, XVII, 66-72.
- Rusbult, C. E., & Buunk, B. P. (1993). Commitment processes in close relationships: An interdependence analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 10(2), 175-204.
<https://doi.org/10.1177/026540759301000202>
- Sahrani, R. (2024). Hubungan Kualitas Berpacaran Dan Kecemasan Menikah Pada Generasi Z. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 8(January), 420-430.
- Sarosija, Y. D. (2024). The Relationship of Self-Disclosure to Relationship Satisfaction in Early Young Adults in Long Distance Relationships. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(1), 54-63. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6156>
- Setiawan, G. A., Luik, J. E., & Yogatama, A. (2024). Self disclosure dalam komunikasi interpersonal pada pasangan jarak jauh untuk mempertahankan hubungan. *Jurnal E- Komunikasi*, 12(1), 1-16.

- Soetjningsih, A. C. G. P. & C. H. (2023). Secure Attachment Dan Kualitas Hubungan Berpacaran Pada Dewasa Awal Yang Menjalani Ldr. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(5), 1845–1856. <https://doi.org/10.53625/jcijurnalcakrawalailmiah.v2i5.4602>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. PT. Alfabeta.
- Widiastuti, Y., Widhyastuti, C., Kuswartanti, D. R., & Sutanti, D. (2024). Pengaruh Passionate love Terhadap Kepuasan Relasi Romantis Pada Emerging Adulthood yang Sedang Menjalini Hubungan Jarak Jauh (Long Distance Relationship). *Jurnal Psikologi Insight*, 8(2), 121–128.
- Wijaya, A. F. G., & Loisa, R. (2024). Intensitas Komunikasi terhadap Kualitas Hubungan Berpacaran Mahasiswa. *Koneksi*, 8(1), 68–74. <https://doi.org/10.24912/kn.v8i1.27531>