

## **Strategi Pengurangan Ketidakpastian Pada Pasangan Hubungan Jarak Jauh (LDR) (Studi Mahasiswa Universitas Paramadina)**

<sup>1</sup>Iqbal Shamiago <sup>2</sup>Denni Candra

<sup>1,2</sup>Magister Komunikasi Korporat, Universitas Paramadina

Email: [iqbal.shamiago@students.paramadina.ac.id](mailto:iqbal.shamiago@students.paramadina.ac.id), [denni.candra1@students.paramadina.ac.id](mailto:denni.candra1@students.paramadina.ac.id)

### **Abstrak**

Long Distance Relationship (LDR) atau hubungan jarak jauh merupakan salah satu bentuk hubungan asmara yang semakin populer di kalangan anak muda, termasuk mahasiswa. LDR memiliki tantangan tersendiri, salah satunya adalah ketidakpastian. Ketidakpastian dapat menimbulkan rasa cemas, khawatir, dan frustrasi pada pasangan LDR. Penelitian ini bertujuan untuk memahami strategi pengurangan ketidakpastian yang digunakan oleh pasangan LDR mahasiswa Universitas Paramadina. Penelitian ini menggunakan pendekatan Teori Pengurangan Ketidakpastian (Uncertainty Reduction Theory), dengan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data observasi langsung, wawancara terbuka dan mendalam, serta dokumentasi. Strategi aktif melibatkan penggunaan orang ketiga sebagai sumber informasi, seperti teman atau keluarga. Strategi interaktif melibatkan komunikasi terbuka dan langsung dengan pasangan. Dari ketiga strategi tersebut, strategi interaktif dinilai paling efektif dalam mengurangi ketidakpastian dalam hubungan LDR. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pasangan LDR mahasiswa Universitas Paramadina menggunakan tiga strategi pengurangan ketidakpastian, yaitu strategi pasif, aktif, dan interaktif. Strategi pasif melibatkan observasi pasangan melalui media sosial atau memantau aktivitas pasangan secara online. Strategi ini memberikan kesempatan bagi pasangan untuk saling mengenal secara mendalam, sehingga dapat membangun kepercayaan dan komitmen.

**Kata Kunci:** strategi pengurangan ketidakpastian, Long Distance Relationship (LDR), mahasiswa Universitas Paramadina

### **Abstract**

*Long Distance Relationship (LDR) is a form of romantic relationship that is increasingly popular among young people, including university students. LDR has its own challenges, one of which is uncertainty. Uncertainty can cause anxiety, worry, and frustration in LDR couples. This study aims to understand the uncertainty reduction strategies used by LDR couples of Paramadina University students. This research uses the Uncertainty Reduction Theory approach, with qualitative methods with data collection techniques of direct observation, open and in-depth interviews, and documentation. Active strategies involve using a third person as a source of information, such as friends or family. Interactive strategies involve open and direct communication with the partner. Of the three strategies, the interactive strategy is considered the most effective in reducing uncertainty in LDR relationships. The research findings show that LDR couples of Paramadina University students use three uncertainty reduction strategies, namely passive, active, and interactive strategies. Passive strategies involve observing couples through social media or monitoring couples' activities online. This strategy provides an opportunity for couples to get to know each other deeply, so as to build trust and commitment.*

**Keywords:** *uncertainty reduction strategies, Long Distance Relationship (LDR), Universitas Paramadina students*

*Correspondence author: Iqbal Shamiago, iqbal.shamiago@students.paramadina.ac.id, Jakarta, and Indonesia*



*This work is licensed under a CC-BY-NC*

## **PENDAHULUAN**

Hubungan romantis jarak jauh atau hubungan yang terpisah secara geografis telah menjadi semakin umum dan diterima dalam masyarakat saat ini. Dalam penelitian yang disebutkan oleh Habibah Dkk (2021), Ramadion mengatakan bahwa hubungan jarak jauh terjadi ketika seseorang dan pasangannya terpisah minimal lima puluh mil satu sama lain selama tiga bulan, baik karena alasan pekerjaan, pendidikan, atau alasan lainnya. Pasangan tetap berhubungan melalui telepon, email, dan teknologi komunikasi lainnya meskipun mereka terpisah. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Saadatian et al. (dalam Janning, Gao, & Snyder, 2017), jumlah orang yang menjalani hubungan jarak jauh meningkat setiap tahunnya, dengan sekitar satu juta orang melaporkan menjalani jenis hubungan ini (Maines dalam Dainton & Aylor, 2002). Hal ini menunjukkan bahwa fenomena hubungan jarak jauh bukan lagi sesuatu yang jarang atau dianggap tidak mungkin. Sebaliknya, semakin banyak individu yang memilih untuk menjalin hubungan yang terpisah secara geografis. Tentu saja, keputusan ini bukan tanpa tantangan. Pasangan dalam hubungan jarak jauh diperlukan untuk mengatasi sejumlah kendala unik yang mungkin tidak dialami oleh pasangan yang berada dalam jangkauan geografis yang sama.

Dalam survei keberhasilan hubungan jarak jauh yang dilakukan oleh Wolipop dengan melibatkan 123 partisipan, ditemukan bahwa 49% dari mereka berhasil menjalani hubungan jarak jauh. Namun, 38% lainnya tidak berhasil dalam menjalaninya. Sebanyak 10% partisipan mengungkapkan harapan bahwa hubungan jarak jauh mereka akan tetap berjalan dengan baik, sementara 5% mengaku masih menjalani hubungan dengan keraguan dan keputusasaan terhadap masa depan hubungan tersebut (Rianti, 2021). Hal ini dapat memengaruhi penurunan tingkat kepercayaan pasangan. Di sisi lain, 10% sisanya masih beroptimisme dan berharap hubungan jarak jauh yang mereka jalani akan berhasil. Jadi, survei tersebut menunjukkan bahwa meskipun ada sejumlah pasangan yang berhasil menjalani hubungan jarak jauh, ada juga yang tidak berhasil atau menghadapi ketidakpastian dan putus asa. Namun, masih ada harapan bagi pasangan untuk menjaga hubungan mereka dengan komitmen dan saling percaya satu sama lain.

Salah satu tantangan utama yang dihadapi oleh pasangan dalam LDR adalah ketidakpastian. Ketidakpastian muncul sebagai dampak dari jarak fisik yang memisahkan mereka dan kurangnya kejelasan mengenai masa depan hubungan mereka. Ketidakpastian ini dapat mencakup ketidakpastian tentang waktu yang akan dihabiskan bersama di masa depan, kepercayaan satu sama lain, dan kurangnya kejelasan mengenai komitmen jangka panjang.

Kurangnya interaksi fisik dalam hubungan jarak jauh juga dapat meningkatkan tingkat ketidakpastian. Pasangan tidak bisa secara langsung merasakan kehadiran satu sama lain atau mengalami aktivitas sehari-hari bersama. Mereka bergantung pada komunikasi interpersonal untuk mempertahankan ikatan emosional mereka. Namun, komunikasi interpersonal dalam hubungan jarak jauh memiliki keterbatasan, seperti keterlambatan respons dan kurangnya ekspresi nonverbal. Hal ini dapat menyebabkan ketidakpastian yang lebih besar dalam hubungan. Sedangkan Berger dalam Littlejohn & Foss (2017), ada dua jenis ketidakpastian yang bisa dialami seseorang, yaitu ketidakpastian kognitif dan ketidakpastian perilaku. Ketidakpastian kognitif menyangkut tingkat ketidakpastian terkait keyakinan atau sikap seseorang. Sedangkan ketidakpastian perilaku terkait dengan sejauh mana kita dapat memperkirakan perilaku dalam situasi tertentu. Dengan kata lain, ketidakpastian kognitif berfokus pada keyakinan dan sikap, sedangkan ketidakpastian perilaku berfokus pada perilaku yang mungkin terjadi. Untuk mengatasi ketidakpastian, diperlukan strategi untuk mengurangi ketidakpastian yang terjadi. Lebih lanjut menurut Berger, terdapat beberapa strategi yang dapat digunakan untuk mengurangi ketidakpastian, yaitu strategi pasif, aktif, dan interaktif. Strategi pasif adalah ketika seseorang mengurangi ketidakpastian dengan mengobservasi orang lain yang menjadi target dari kejauhan. Mereka mengamati reaksi orang tersebut dalam situasi sosial terhadap orang lain. Strategi aktif, di sisi lain, adalah ketika seseorang secara langsung mencari informasi mengenai orang yang dituju tanpa berinteraksi langsung dengan mereka. Terakhir, strategi interaktif adalah ketika seseorang mencari informasi dengan berinteraksi langsung dengan orang yang ditargetkan (Littlejohn & Foss, 2017)

Berdasarkan data dan pemikiran para ahli di atas, maka penelitian ini menganalisis fenomena hubungan jarak jauh yang dialami oleh mahasiswa Universitas Paramadina. Berdasarkan hasil observasi, mahasiswa Universitas Paramadina memiliki beberapa karakteristik khusus yang mempengaruhi pengalaman mereka dalam menghadapi ketidakpastian. Universitas Paramadina sebagai institusi pendidikan yang terkenal memiliki banyak mahasiswa yang berasal dari berbagai wilayah di Indonesia dan bahkan luar negeri. Oleh karena itu, tidak jarang mahasiswa Paramadina terjebak dalam hubungan jarak jauh dengan pasangan mereka yang berada di tempat lain. Ketika mahasiswa Paramadina berada dalam LDR, mereka menghadapi tantangan-tantangan khusus karena mereka juga harus menjalani kegiatan akademik yang padat di universitas. Jadwal kuliah yang mungkin berbeda, tugas dan ujian yang menuntut waktu dan energi, serta keterbatasan waktu yang dapat dihabiskan bersama pasangan menjadi faktor yang memperumit hubungan mereka. Dalam situasi seperti ini, ketidakpastian menjadi masalah yang sering muncul. Mahasiswa Paramadina sering kali tidak tahu kapan mereka akan bertemu kembali, kapan bisa membangun keintiman secara fisik, atau bahkan kapan mereka dapat memutuskan untuk berkomitmen pada

hubungan yang lebih serius. Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui dan memahami bagaimana strategi pengurangan ketidakpastian yang digunakan oleh pasangan LDR mahasiswa Universitas Paramadina. Penelitian ini menggunakan teori pengurangan ketidakpastian, Teori Pengurangan Ketidakpastian (Uncertainty Reduction Theory) bertujuan untuk menjelaskan bagaimana komunikasi dapat mengurangi ketidakpastian antara individu, terutama saat mereka belum saling mengenal. Tujuan dari teori ini adalah untuk mengurangi ketidakpastian tersebut sehingga individu dapat memprediksi perilaku yang mungkin terjadi dari banyak pilihan yang ada. Hal ini bermanfaat baik untuk kepentingan pribadi maupun untuk membangun hubungan antar individu (West dan Turner, 2017). Sedangkan tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dan menganalisis berbagai strategi yang digunakan oleh Mahasiswa Universitas Paramadina untuk mengatasi rasa tidak pasti dalam hubungan long distance relationship (LDR).

#### **METODE PENELITIAN**

Dalam penelitian ini, metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif. Metode kualitatif adalah suatu pendekatan penelitian yang menghasilkan informasi deskriptif tentang manusia dan perilakunya. Informasi ini diperoleh melalui observasi langsung dan interaksi dengan subjek penelitian, yang kemudian disajikan dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan (Pradoko, 2017). Informan dipilih menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria informan ahli dan informan pokok. Informan ahli adalah seorang psikolog yang memiliki pengetahuan tentang strategi pengurangan ketidakpastian dalam hubungan LDR. Informan pokok adalah mahasiswa/mahasiswi Universitas Paramadina semester akhir (7-8 semester) yang menjalani LDR selama minimal 6 bulan, berpacaran minimal 1 tahun, dan LDR antar pulau yang berbeda.

Pendekatan teori yang digunakan yaitu Teori Pengurangan Ketidakpastian (Uncertainty Reduction Theory, URT) merupakan teori komunikasi yang dikembangkan oleh Charles Berger dan Richard Calabrese pada tahun 1975. Teori ini menjelaskan bagaimana individu berkomunikasi untuk mengurangi ketidakpastian mereka mengenai orang lain dalam interaksi awal. Teori ini berasumsi bahwa ketika bertemu dengan orang baru, individu merasa ketidakpastian yang membuat mereka merasa tidak nyaman, dan mereka termotivasi untuk mengurangi ketidakpastian tersebut melalui komunikasi.

Untuk menganalisis komunikasi menggunakan URT, ada beberapa tahapan yang bisa dilakukan yaitu dengan menentukan situasi atau konteks di mana interaksi berlangsung. Ini bisa berupa pertemuan pertama antara dua individu, komunikasi antar karyawan baru di tempat kerja, atau situasi lainnya di mana ada ketidakpastian awal. Lalu mengumpulkan data tentang interaksi yang terjadi, bisa berupa transkrip percakapan, observasi langsung, atau catatan dari partisipan.

Selanjutnya dengan menganalisis interaksi untuk melihat bagaimana partisipan menggunakan berbagai strategi untuk mengurangi ketidakpastian. Strategi ini bisa dikategorikan ke dalam tiga jenis: strategi aktif, strategi pasif, dan strategi interaktif.

Strategi pasif adalah strategi yang melibatkan pengamatan langsung dan diam terhadap orang lain dalam situasi yang tidak mengancam untuk memperoleh informasi. Contohnya dengan mengamati perilaku seseorang di ruang publik, melihat bagaimana mereka berinteraksi dengan orang lain, atau memperhatikan gaya komunikasi mereka. Strategi aktif adalah strategi yang melibatkan tindakan yang dilakukan oleh seseorang untuk mendapatkan informasi tentang orang lain tanpa melakukan interaksi langsung. Contohnya dengan menanyakan kepada teman bersama, mencari informasi di media sosial, atau melakukan observasi tidak langsung. Terakhir strategi interaktif yaitu strategi yang melibatkan interaksi langsung dengan orang yang ingin diketahui untuk mendapatkan informasi lebih lanjut. Bisa dalam bentuk mengajukan pertanyaan langsung, mengadakan percakapan dua arah, atau melakukan diskusi terbuka.

Penelitian ini menggunakan observasi langsung, wawancara terbuka dan mendalam, serta dokumentasi sebagai teknik pengumpulan data. Data yang terkumpul dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Triangulasi data juga digunakan untuk memastikan keabsahan data. Metode penelitian kualitatif digunakan untuk memberikan pemahaman yang mendalam mengenai Strategi pengurangan ketidakpastian dalam hubungan LDR mahasiswa Universitas Paramadina.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam hubungan Long Distance Relationship (LDR), ketidakpastian menjadi salah satu faktor yang sering menjadi sumber kekhawatiran dan ketegangan bagi pasangan yang terpisah jarak fisik. Ketidakpastian ini dapat timbul karena kurangnya waktu yang bisa dihabiskan bersama, kurangnya kejelasan mengenai masa depan, dan adanya rasa takut akan perselingkuhan atau kehilangan pasangan. Oleh karena itu, penting bagi pasangan LDR untuk memiliki strategi yang efektif dalam menghadapi ketidakpastian ini guna menjaga keberlanjutan dan kualitas hubungan mereka.

Penelitian ini secara khusus akan memfokuskan pada ketidakpastian yang dialami oleh pasangan LDR dalam melanjutkan hubungan mereka ke tahap yang lebih serius, yaitu tahap bertunangan atau pernikahan. Ketidakpastian dalam hal ini mencakup pertanyaan tentang komitmen jangka panjang, relokasi geografis, dan penyesuaian terhadap perubahan status hubungan. Dalam tahap ini, pasangan LDR seringkali dihadapkan pada berbagai dilema dan ketidakpastian yang menantang. Misalnya, bagaimana mereka dapat membangun kepercayaan yang cukup untuk mengambil keputusan tentang melanjutkan hubungan ke tahap pernikahan jika mereka masih memiliki keterbatasan dalam bertemu secara fisik? Bagaimana mereka dapat

menyesuaikan diri dengan perubahan gaya hidup dan kebiasaan ketika mereka akhirnya berada dalam satu tempat?. Dengan membatasi fokus penelitian pada ketidakpastian yang spesifik ini, peneliti bertujuan untuk menyelidiki strategi dan mekanisme spesifik yang dapat membantu pasangan LDR dalam mengatasi ketidakpastian yang muncul ketika mereka mempertimbangkan langkah serius seperti bertunangan atau menikah. Dalam konteks ini, peneliti akan menggali lebih dalam mengenai komunikasi yang terbuka, adanya komitmen yang jelas, dan pengelolaan ekspektasi.

Penelitian ini yang melibatkan 7 informan mahasiswa S1 Universitas Paramadina semester akhir (7-8 semester), dan 1 informan ahli Psikolog yang merupakan pendekatan yang bisa mengungkap dan menganalisis pengalaman mahasiswa dalam situasi tertentu. Dengan melibatkan 7 informan mahasiswa, peneliti dapat mengumpulkan data yang kaya dan representatif dari berbagai latar belakang dan perspektif. Hal ini memastikan bahwa temuan peneliti mencerminkan keberagaman pengalaman mahasiswa dalam konteks yang diteliti. Selain itu, keterlibatan seorang ahli Psikolog dalam penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang aspek psikologis yang mungkin mempengaruhi pengalaman mahasiswa. Ahli Psikolog dapat menganalisis data dengan sudut pandang yang berbeda dan memberikan wawasan yang lebih kritis dan ilmiah. Ini menjadikan temuan kami lebih kuat secara akademik dan memberikan implikasi yang lebih besar dalam praktik psikologi.

Tabel 1 Informan Penelitian

No	Nama Pasangan	Geografis	Semester	Rentang waktu hubungan yang dijalani (tahun)
1	Mayang – Faisal	Jakarta - Palembang	7	2
2	Ridwan – Rani	Jakarta - Surabaya	8	1
3	Yuliana – Tantowi	Jakarta - Medan	8	3
4	Bani – Nikmah	Jakarta - Bengkulu	8	3
5	Intan – Ipam	Jakarta - Manado	7	2
6	Sari – Rizal	Jakarta - Jombang	7	1
7	Rahma – Samsul	Jakarta - Balikpapan	7	2

Setelah melakukan wawancara terhadap informan penelitian, Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat variasi yang signifikan dalam strategi yang digunakan oleh setiap pasangan dalam mengurangi ketidakpastian dan mempercepat kelanjutan hubungan mereka ke tahap yang lebih serius. Peneliti telah mengidentifikasi tiga strategi utama yang diterapkan oleh pasangan, yaitu strategi aktif, pasif, dan interaktif.

## 1. Strategi Pasif

Menurut Putri dalam Littlejohn (2017), Strategi pasif adalah pendekatan yang dilakukan oleh individu untuk mengurangi ketidakpastian dengan mencari informasi tanpa melakukan tindakan langsung (pasif) atau melalui observasi terhadap lingkungan sekitar target yang ingin dikenali. Dalam konteks penelitian ini meskipun berbagai pendekatan digunakan oleh 8 informan mahasiswa dalam mengelola ketidakpastian dalam hubungan jarak jauh (LDR), strategi pasif, seperti mengamati pasangan dari kejauhan, tampaknya bukan metode yang sering diterapkan. Alasan mendalam di balik preferensi ini mencerminkan pemahaman informan terhadap kompleksitas dan dinamika hubungan jarak jauh. Beberapa informan mengartikan strategi pasif sebagai suatu bentuk observasi yang tidak selalu memberikan gambaran yang cukup jelas atau dapat diandalkan terkait keadaan emosional atau pikiran pasangan. Mereka percaya bahwa interaksi langsung dan komunikasi aktif, seperti melalui panggilan video atau pesan langsung, lebih efektif dalam membuka jalur komunikasi yang memperkuat ikatan emosional. Bagi sebagian besar informan, keterlibatan aktif dalam percakapan diyakini menjadi kunci untuk memahami dengan lebih baik nuansa dan perasaan pasangan. Observasi langsung, sebagaimana diutarakan oleh beberapa informan, hal itu dianggap kurang dapat memberikan pemahaman mendalam terkait respons emosional yang mungkin terlewatkan dalam strategi pasif.

Hal ini didukung dengan pernyataan informan ahli yang menyebutkan bahwa, dalam hubungan jarak jauh (LDR), penggunaan strategi pasif untuk mengurangi ketidakpastian memiliki kelemahan tertentu. Diantaranya adalah menyebabkan ketidakjelasan akan keberlanjutan hubungan, kurang intensnya hubungan yang terjalin serta potensi terjadinya kesalahpahaman dan ketidakpuasan karena kurangnya keterlibatan antara satu dengan yang lainnya.

## 2. Strategi Aktif

Strategi aktif melibatkan individu mengambil langkah-langkah untuk mendapatkan informasi tanpa berinteraksi langsung dengan target. Tindakan dalam kategori ini meliputi meminta informasi dari pihak ketiga dan mengatur situasi tertentu untuk mengamati bagaimana target memberikan respons (Littlejohn & Foss, 2017). Dalam konteks ini, individu yang menggunakan strategi ini mungkin ingin memperoleh informasi tanpa mengungkapkan kehadiran atau tujuan mereka kepada target yang sedang diamati.

Dalam konteks hubungan jarak jauh (LDR), strategi aktif di mana salah satu pasangan mengambil tindakan langsung untuk mendapatkan informasi tentang pasangan mereka tanpa berinteraksi langsung dapat menjadi hal yang relatif umum. Meskipun hubungan jarak jauh menawarkan keintiman dan komunikasi melalui teknologi seperti telepon, pesan teks, atau video call, terkadang individu mungkin merasa perlu untuk memastikan bahwa pasangan mereka tetap setia.

Hal ini didukung dengan pernyataan informan ahli yang menyebutkan bahwa, dalam hubungan jarak jauh (LDR), penggunaan strategi aktif untuk mengurangi ketidakpastian memiliki kelebihan tertentu. Diantaranya adalah membangun kepercayaan, mengurangi kecemasan dan kekhawatiran, meningkatkan kualitas komunikasi serta menjaga intimasi emosional.

Mayang, seorang mahasiswa yang ingin mendapatkan kejelasan tentang rencana masa depan dengan pasangannya tanpa harus secara langsung berinteraksi dengan pasangannya, ia memilih pendekatan yang cerdas dan strategis. ia memutuskan untuk memanfaatkan sumber daya online dengan mencari informasi dari forum diskusi atau artikel tentang pertunangan dan pernikahan. dan ia juga menggunakan media sosial untuk memantau aktivitas pasangannya secara diam-diam, mencari petunjuk atau tanda-tanda yang mungkin mengindikasikan rencana masa depan bersama.

*"Saya memanfaatkan sumber daya online, mencari informasi dari forum diskusi atau artikel tentang pertunangan dan pernikahan. Saya juga menggunakan media sosial untuk memantau aktivitas pasangan saya secara diam-diam, mencari petunjuk atau tanda-tanda yang mungkin mengindikasikan rencana masa depan bersama."*

Selain itu informan lain Bernama Ridwan, memilih untuk mengamati perubahan-perubahan kecil dalam perilaku pasangannya dan memperhatikan petunjuk dari percakapan mereka. ia juga memanfaatkan jaringan sosialnya dengan bijak, yaitu dengan bertanya kepada teman-teman atau anggota keluarga pasangannya secara halus untuk mendapatkan wawasan tambahan tanpa menimbulkan kecurigaan langsung dari pasangannya.

*"saya mengamati perubahan-perubahan kecil dalam perilaku pasangan saya dan memperhatikan petunjuk dari percakapan kami. Saya juga memanfaatkan jaringan sosial saya dengan bijak, bertanya kepada teman-teman atau anggota keluarga pasangan saya secara halus untuk mendapatkan wawasan tambahan tanpa menimbulkan kecurigaan langsung dari pasangan saya."*

### **3. Strategi Interaktif**

Menurut Berger, strategi interaktif membutuhkan komunikasi langsung dengan target yang dituju. Ini bisa melibatkan mengajukan pertanyaan, mengungkapkan harapan bahwa target akan memberikan tanggapan positif, dan menciptakan suasana yang nyaman bagi target untuk berbagi informasi (Littlejohn & Foss 2017). Ketika seseorang menggunakan strategi interaktif, ia secara aktif terlibat dalam berinteraksi langsung dengan orang yang menjadi sumber informasi atau subjek yang dituju. Pendekatan ini memungkinkan individu untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap, mendalam, dan kontekstual daripada hanya mengandalkan sumber informasi pasif seperti melalui Telepon atau Videocall.

Jarak geografis dalam LDR seringkali menjadi sumber ketidakpastian dan keraguan tentang keberlanjutan hubungan. Namun, melalui strategi interaktif, pasangan dapat mengelola ketidakpastian ini dengan lebih baik. Dengan berinteraksi secara langsung, mereka dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang perasaan, keinginan, dan niat satu sama lain, yang membantu mengurangi ketidakpastian tentang masa depan hubungan.

Senada dengan pernyataan informan ahli yang menyebutkan bahwa strategi interaktif dianggap sebagai kombinasi yang seimbang dalam mengelola ketidakpastian dalam hubungan jarak jauh karena mengintegrasikan unsur-unsur baik dari strategi aktif maupun pasif. Pendekatan ini memungkinkan pasangan untuk menghadapi ketidakpastian dengan cara yang komprehensif dan fleksibel. Dengan mengintegrasikan strategi interaktif, pasangan dapat mengelola ketidakpastian secara holistik dan membangun hubungan yang kuat dan seimbang.

Menurut informan bernama Yuliana, pengalaman mereka telah membuktikan bahwa melakukan aktivitas bersama secara langsung, seperti liburan atau menghadiri acara penting bersama, dapat memperkuat ikatan mereka dan mengurangi ketidakpastian. Mereka menemukan kegembiraan dalam berbagi pengalaman langsung dan menciptakan kenangan bersama.

*“Pengalaman kami telah mengajarkan bahwa ‘Melakukan aktivitas bersama secara langsung, seperti liburan atau menghadiri acara penting bersama, membantu memperkuat ikatan kami dan mengurangi ketidakpastian. Kami menemukan kegembiraan dalam berbagi pengalaman langsung dan menciptakan kenangan bersama.’”*

Selanjutnya menurut informan bernama Sari, ia menemukan bahwa menghadiri acara bersama, seperti reuni keluarga atau acara teman, membantu menguatkan hubungan mereka dan merencanakan langkah-langkah selanjutnya.

Ini memberi mereka kesempatan untuk berinteraksi secara langsung dengan keluarga dan teman, yang mendukung hubungan mereka. Selanjutnya ia juga menemukan bahwa menghadiri acara bersama, seperti reuni keluarga atau acara teman, membantu menguatkan hubungan mereka dan merencanakan langkah-langkah selanjutnya. Ini memberi mereka kesempatan untuk berinteraksi secara langsung dengan keluarga dan teman, yang mendukung hubungan mereka.

*"Kami juga menemukan bahwa 'Menghadiri acara bersama, seperti reuni keluarga atau acara teman, membantu menguatkan hubungan kami dan merencanakan langkah-langkah selanjutnya. Ini memberi kami kesempatan untuk berinteraksi secara langsung dengan keluarga dan teman, yang mendukung hubungan kami.'"*

Berdasarkan hasil analisis ketiga strategi di atas dapat dijelaskan secara sederhana dalam bentuk table sebagai berikut.

Tabel 2 Hasil Analisis Strategi Pengurangan Ketidakpastian

Strategi	Deskripsi	Contoh	Temuan Utama
Strategi Pasif	Pengamatan langsung dan diam terhadap orang lain dalam situasi tertentu	Mengamati perilaku seseorang di ruang publik, melihat interaksi mereka dengan orang lain	Observasi tidak bisa memberikan gambaran yang jelas terkait keadaan emosional atau pikiran pasangan. Efektifitasnya tergantung pada konteks dan keterbukaan situasi yang diamati.
Strategi Aktif	Tindakan untuk mendapatkan informasi tanpa interaksi langsung	Menanyakan kepada teman bersama, mencari informasi di media sosial	Informasi dari sumber kedua bisa membantu mengurangi ketidakpastian, tetapi keandalannya bervariasi. Strategi ini sering digunakan sebelum interaksi langsung terjadi.
Strategi Interaktif	Interaksi langsung dengan orang lain untuk mendapatkan informasi lebih lanjut	Mengajukan pertanyaan langsung, mengadakan percakapan dua arah, atau melakukan diskusi terbuka	Komunikasi langsung sangat efektif dalam mengurangi ketidakpastian karena memungkinkan klarifikasi dan umpan balik langsung. Keterbukaan kedua belah pihak sangat penting.

## SIMPULAN

Hasil analisis yang telah diperoleh oleh para peneliti menegaskan bahwa pentingnya mengimplementasikan dan memilih strategi yang sesuai untuk mengurangi ketidakpastian dalam hubungan jarak jauh (Long Distance Relationship/LDR). Semua pihak yang terlibat harus proaktif dalam upaya mengurangi ketidakpastian tersebut serta meningkatkan kualitas komunikasi, sehingga hubungan antar pasangan tetap kokoh meskipun dalam konteks LDR.

Ada tiga strategi yang dilakukan dalam mengurangi ketidakpastian berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Strategi Pengurangan Ketidakpastian Pasangan Long Distance Relationship (LDR). Pertama, strategi pasif dalam konteks Pengurangan Ketidakpastian Pasangan Long Distance Relationship (LDR), kurang umum digunakan dalam mengelola ketidakpastian dalam hubungan jarak jauh. Alasan utama di balik hal ini adalah pemahaman informan terhadap kompleksitas hubungan jarak jauh. Observasi langsung dianggap kurang dapat memberikan pemahaman mendalam terkait respons emosional yang mungkin terlewatkan dalam strategi pasif.

Kedua, strategi aktif yang melibatkan pengamatan jarak jauh atau pengawasan diam-diam digunakan dalam konteks hubungan jarak jauh (LDR) dapat digunakan untuk memastikan kestabilan hubungan tanpa menimbulkan kecurigaan langsung dari pasangan. Hal ini menunjukkan bahwa dalam hubungan jarak jauh, strategi pengamatan aktif dapat menjadi cara yang relatif umum digunakan untuk mempertahankan keintiman dan kepercayaan.

Terakhir, strategi interaktif muncul sebagai pendekatan yang penting dalam mengelola ketidakpastian dalam hubungan jarak jauh (LDR), karena melalui strategi ini membantu memperkuat ikatan dan menciptakan kenangan bersama, yang pada gilirannya mengurangi ketidakpastian tentang masa depan hubungan. Hal ini memberikan pemahaman yang lebih baik tentang perasaan, keinginan, dan niat satu sama lain, serta mendukung hubungan melalui dukungan dari keluarga dan teman.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afrialia, A. M., Arifina, A. S., Rahman, A. K., Widyawati, E., (2022). Uncertainty Reduction Pada Mahasiswa Tahun Pertama di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmu Komunikasi Universitas Teuku Umar*.
- Anazuhriah, (2019). Pengurangan Ketidakpastian Melalui Komunikasi Interpersonal Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Ilmu Komunikasi Fakultas Komunikasi dan Informatika Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Vol. 3 No. 1. Juni 2019
- Ajeng, K., Apilia, M., Irwansyah. (2021). Teori Reduksi Ketidakpastian dalam Cyber Romantic Relationship. *Jurnal Lensa Mutiara Komunikasi*. Vol. 5 No. 1. (Juni 2021) 52-71
- Habibah, A. N., & Sukmawati, L. (2021). Representasi Media Sosial Dalam Menciptakan Intimasi Hubungan Jarak Jauh. *Jurnal Teknologi dan Informasi Bisnis*, 3(1).
- Janning, M., Gao, W., & Snyder, E. (2017). Constructing Shared "Space": Meaningfulness in Long- Distance Romantic Relationship Communication Formats. *Journal of Family Issues*, 39(5), 1281– 1303. <https://doi.org/10.1177/0192513X17698726>
- Littlejohn, S. W. (2017). *Teori Komunikasi Theories of Human Communication*. Edisi 9. Jakarta: Salemba Humanika.
- Muhtar, S. Z., & Suminar, D. R. (2023). Kepuasan Hubungan Ditinjau Dari Gaya Kelekatan Dan Sternberg's Triangular Love Pada Dewasa Awal Yang Menjalani LDR. *Jurnal Syntax Fusion*, 3(04), 415-429.
- Naufal, M. F., & Husnita, H. (2022). Pola Komunikasi Interpersonal Penyandang Disabilitas Ganda. *Borobudur Communication Review*, 2(2), 67-73.

- Pradoko, A. M. (2017). Paradigma Metode Penelitian Kualitatif Keilmuan Seni, Humaniora, dan Budaya. Yogyakarta: UNY Pres
- Ristiani, D., Santosa, H. P., & Naryoso, A. (2021). Pemeliharaan Hubungan Berpacaran Long Distance Relationship Sampai Ke Jenjang Pernikahan: Studi Pengalaman Menjalani Hubungan Berpacaran Dengan Seorang Pelaut Kapal Kargo. *Interaksi Online*, 9(3), 177-192.
- West, R., & Turner, L. H. (2017). Pengantar Teori Komunikasi: Analisis dan Aplikasi Edisi 3. Jakarta: Salemba Humanika