

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hubungan romantis merupakan salah satu aspek kehidupan sosial yang paling penting bagi manusia. Masa dewasa awal merupakan periode perkembangan yang ditandai oleh eksplorasi identitas dan pembentukan hubungan intim yang bermakna. Tugas utama perkembangan dewasa awal adalah mencapai *intimacy*, yaitu kemampuan membangun hubungan yang dekat dan berkomitmen dengan orang lain (Erikson, 1968). Sejalan dengan itu, Hurlock (1980) mendefinisikan dewasa awal sebagai fase perkembangan yang dimulai pada usia 18 tahun dan berakhir pada usia 40 tahun, di mana individu menghadapi berbagai tugas perkembangan penting seperti membangun hubungan romantis. Individu pada masa ini mulai beralih dari ketergantungan masa remaja menuju kemandirian serta pembentukan identitas diri yang lebih matang, termasuk dalam konteks hubungan romantis. Tidak sedikit individu pada masa ini yang mulai membangun relasi intim secara serius, tetapi kondisi kehidupan yang dinamis sering kali memaksa pasangan untuk menjalani hubungan tanpa kedekatan fisik yang konsisten.

Tidak semua hubungan romantis dapat dijalani dalam kedekatan fisik, sehingga mendorong banyak pasangan dewasa awal untuk menjalani hubungan jarak jauh (*long distance relationship* atau LDR) (Stafford, 2005). *Long distance relationship* atau hubungan jarak jauh didefinisikan sebagai hubungan romantis di mana pasangan dipisahkan oleh jarak geografis yang signifikan sehingga membatasi pertemuan tatap muka secara reguler (Stafford & Canary, 1991). Berhubungan dengan itu, studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap beberapa responden menunjukkan bahwa hubungan jarak jauh merupakan hubungan yang dibatasi jarak, terutama ketika pasangan berada di kota atau negara lain tanpa ada spesifikasi jarak tertentu, sehingga membatasi pertemuan secara fisik. Berbeda dengan hubungan jarak dekat (*geographically close relationship* atau GCR),

pasangan hubungan jarak jauh sangat bergantung pada komunikasi bermediasi teknologi untuk mempertahankan kedekatan (Dainton & Aylor, 2002). Perkembangan teknologi komunikasi yang pesat, seperti aplikasi pesan instan, panggilan video, dan media sosial, telah mengubah cara pasangan hubungan jarak jauh berinteraksi dan menjaga keintiman dari jarak jauh.

Fenomena hubungan jarak jauh semakin meningkat seiring dengan meningkatnya mobilitas sosial dan kemudahan akses terhadap berbagai peluang, baik di bidang pendidikan maupun pekerjaan, yang mendorong individu dewasa awal untuk berpindah kota atau bahkan negara. Pada masa dewasa awal, individu dihadapkan pada tuntutan untuk mengejar karier, melanjutkan studi, atau memenuhi tanggung jawab keluarga di tempat yang berbeda dengan pasangannya, sehingga perpisahan geografis menjadi pengalaman yang cukup umum pada fase kehidupan ini. Stafford (2005) memperkirakan bahwa sekitar 25-50% dari seluruh individu dewasa awal pernah atau sedang menjalani hubungan jarak jauh. Di Indonesia sendiri, fenomena ini semakin umum di tengah meningkatnya arus urbanisasi dan mobilitas antardaerah yang mendorong banyak pasangan dewasa awal untuk hidup terpisah dalam jangka waktu tertentu (Dainton & Aylor, 2002). Kondisi ini semakin diperkuat oleh kemajuan teknologi komunikasi yang memungkinkan pasangan tetap terhubung meskipun terpisah jarak, di mana penggunaan teknologi komunikasi menjadi pilihan utama bagi individu dewasa awal untuk mempertahankan kepaduan dan keintiman hubungan (Stafford, 2005; Jiang & Hancock, 2013). Studi pendahuluan yang dilakukan kepada beberapa responden yang pernah atau sedang menjalani hubungan jarak jauh juga menunjukkan bahwa pola komunikasi digunakan berupa *chat*, telepon, dan juga *video call* hampir setiap saat. Hal ini menunjukkan bahwa teknologi komunikasi menjadi andalan utama dalam menjaga hubungan atau koneksi antar pasangan.

Meskipun beberapa penelitian menunjukkan kualitas hubungan jarak jauh dapat setara dengan hubungan jarak dekat (Jiang & Hancock, 2013), hubungan jarak jauh tetap menghadirkan beberapa tantangan yang secara signifikan lebih berat dibandingkan hubungan jarak dekat. Beberapa tantangan utama yang dihadapi

pasangan hubungan jarak jauh meliputi ketidakmampuan untuk hadir secara fisik, terbatasnya sentuhan dan kedekatan non-verbal, perbedaan rutinitas harian, ketidakpastian masa depan hubungan, serta meningkatnya risiko kecemburuan dan kecurigaan (Dainton & Aylor, 2002). Penelitian menunjukkan bahwa pasangan hubungan jarak jauh cenderung mengalami tingkat kecemasan dan ambiguitas hubungan yang lebih tinggi dibandingkan pasangan yang tinggal berdekatan (Pistole, Roberts, & Mosko, 2010). Hal ini diperkuat oleh penelitian Körün (2026) yang menyatakan bahwa meskipun preferensi terhadap hubungan jarak jauh terus meningkat terutama di kalangan dewasa awal, tantangan-tantangan ini tetap membuat pasangan hubungan jarak jauh perlu berupaya lebih untuk mempertahankan hubungan mereka. Temuan ini juga didukung dengan hasil studi pendahuluan peneliti dimana dari 34 responden, sebanyak 64,7% (22 orang) responden mengakui pernah mempertimbangkan untuk mengakhiri hubungan jarak jauh mereka setidaknya secara sekilas. Data ini menunjukkan bahwa hambatan yang dialami pasangan jarak jauh tidak hanya secara fisik, melainkan secara psikologis yang mempengaruhi kualitas dan keberlanjutan hubungan. Tantangan-tantangan ini berimplikasi langsung pada kemampuan kedua pihak untuk mempertahankan atau memutuskan komitmen dalam hubungan mereka.

Komitmen dalam hubungan romantis merupakan variabel psikologis yang kritis karena menjadi penentu keberlangsungan dan kualitas suatu hubungan. Komitmen dalam hubungan romantis merupakan konstruk psikologis yang mencerminkan niat seseorang untuk mempertahankan hubungan dalam jangka panjang, termasuk investasi emosional dan keterikatan terhadap pasangan (Rusbult, 1980). Dalam *Investment Model*-nya, Rusbult menjelaskan bahwa komitmen adalah kecenderungan untuk mempertahankan hubungan dan merasa terkait secara psikologis dengan pasangan, yang mencakup keterkaitan emosional, ketergantungan pada hubungan, dan ketergantungan psikologis terhadap perilaku pasangan (Rusbult et al., 1998; Pistole et al., 2010; Guldner, 2003). Dalam konteks hubungan jarak jauh, motivasi intrinsik untuk menjaga dan meningkatkan kualitas hubungan (*dedication commitment*) menjadi komponen yang paling krusial, karena tanpa motivasi ini

hambatan jarak mudah menjadi alasan untuk mengakhiri hubungan (Stanley & Markman, 1992). Jelasnya, komitmen menjadi lebih rentan dalam hubungan jarak jauh karena ada saja sulit apalagi hubungan yang berjarak jauh karena tekanan ketidakhadiran fisik yang berlangsung terus-menerus.

Komitmen yang tinggi maupun rendah dalam suatu hubungan romantis dapat tercermin melalui bentuk perilaku yang berbeda. Individu dengan tingkat komitmen yang tinggi cenderung menunjukkan perilaku akomodatif, yaitu merespons perilaku negatif pasangan dengan cara yang konstruktif seperti *voice* (membicarakan masalah secara terbuka) dan *loyalty* (bertahan dan menunggu situasi membaik), alih-alih *exit* (meninggalkan hubungan) atau *neglect* (mengabaikan pasangan dan membiarkan hubungan memburuk) (Rusbult et al., 1982; Rusbult et al., 1991). Individu yang berkomitmen tinggi juga lebih bersedia melakukan pengorbanan (*willingness to sacrifice*) demi kepentingan pasangan atau hubungan, meskipun harus mengesampingkan kepentingan pribadinya (Van Lange et al., 1997), serta cenderung merendahkan atau mendevaluasi daya tarik pasangan alternatif (*derogation of alternatives*) sebagai salah satu mekanisme untuk mempertahankan hubungan yang sedang dijalani (Johnson & Rusbult, 1989). Sebaliknya, individu dengan tingkat komitmen yang rendah atau non-komitmen cenderung menunjukkan pola respons yang destruktif, seperti *exit* atau *neglect* ketika menghadapi konflik dengan pasangan (Rusbult et al., 1982), kurang bersedia melakukan pengorbanan bagi hubungan (Van Lange et al., 1997), serta lebih terbuka atau justru aktif mempertimbangkan pasangan alternatif alih-alih mengevaluasinya (Johnson & Rusbult, 1989). Hal ini konsisten dengan konsep *commitment level* dalam *Investment Model*, yang mencerminkan sejauh mana individu berniat mempertahankan hubungan dalam jangka panjang serta merasa terikat secara psikologis dengan pasangannya; semakin rendah niat dan keterikatan psikologis tersebut, semakin rendah pula tingkat komitmen yang dimiliki individu (Rusbult et al., 1998).

Penelitian terdahulu memberikan gambaran yang beragam mengenai komitmen pada hubungan jarak jauh, menunjukkan adanya *gap* atau kesenjangan temuan yang belum terselesaikan. Penelitian Jiang dan Hancock (2013) menemukan

bahwa pasangan hubungan jarak jauh menunjukkan tingkat idealisasi dan intimasi yang lebih tinggi dibandingkan pasangan jarak dekat, namun tidak secara eksplisit mengukur komitmen jangka panjang. Penelitian Van Horn et al. (1997) mengemukakan bahwa pasangan hubungan jarak jauh tidak menunjukkan perbedaan signifikan dalam kepuasan dan komitmen dibandingkan pasangan jarak dekat selama komunikasi terjaga dengan baik. Sementara itu, penelitian Dainton dan Aylor (2002) justru menemukan bahwa pasangan hubungan jarak jauh memiliki tingkat komitmen yang lebih rendah secara keseluruhan, dengan banyak pasangan merasa tidak pasti tentang keberlanjutan hubungan mereka. Studi pendahuluan peneliti turut memperkuat gambaran ini, dimana dari 34 responden menghasilkan rata-rata skor komitmen sebesar 3,94 dari 5, dengan variasi yang cukup besar antara responden, dan sebanyak 64,7% (22 orang) responden mengakui pernah mempertimbangkan untuk mengakhiri hubungan jarak jauh mereka setidaknya secara sekilas. Data ini menunjukkan bahwa komitmen dalam hubungan jarak jauh bukan sekedar konstruk teoretis, melainkan persoalan nyata dan belum terpecahkan secara empiris di lapangan. Rusbult (1980) sendiri menegaskan bahwa komitmen, bahkan dalam hubungan jarak dekat sekalipun, merupakan konstruk yang rentan terhadap berbagai tekanan, apalagi dalam hubungan jarak jauh di mana pasangan tidak dapat saling bertemu secara reguler, sehingga tantangan terhadap komitmen menjadi jauh lebih besar (Pistole et al., 2010).

Ketidakkonsistenan temuan-temuan di atas menunjukkan bahwa komitmen dalam hubungan jarak jauh masih menjadi persoalan yang belum terjawab secara memadai. Perbedaan hasil antara penelitian di atas menunjukkan bahwa komitmen dalam hubungan jarak jauh kemungkinan besar dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang belum banyak diuji secara bersamaan dalam satu model penelitian. Kesenjangan ini diperkuat oleh temuan studi pendahuluan peneliti yang menunjukkan variasi skor komitmen yang cukup besar antar responden, sehingga mengindikasikan bahwa tingkat komitmen dalam hubungan jarak jauh tidak dapat dijelaskan hanya melalui satu faktor tunggal, melainkan perlu ditelaah melalui faktor-faktor psikologis yang lebih spesifik dan relevan dengan konteks hubungan jarak jauh itu sendiri.

Salah satu faktor yang diduga memiliki pengaruh signifikan terhadap komitmen dalam hubungan jarak jauh adalah kepercayaan (*trust*). Kepercayaan merupakan keyakinan yang teguh (*confident belief*) bahwa motivasi orang lain bersifat *benevolent* atau berniat baik terhadap diri individu, sehingga orang tersebut akan bersikap responsif terhadap kebutuhan-kebutuhannya (Rempel et al., 1985). Kepercayaan atau *trust* dalam hubungan romantis mencakup keyakinan bahwa pasangan memiliki niat baik dan terdorong untuk bertindak demi kepentingan bersama (Larzelere & Huston, 1980). Dalam konteks hubungan jarak jauh, kepercayaan menjadi lebih penting karena pasangan tidak dapat secara langsung memantau perilaku satu sama lain.

Hasil studi pendahuluan peneliti memperkuat peran kepercayaan terhadap komitmen. Ketika responden ditanyakan dengan pertanyaan mengenai apa yang dapat mempengaruhi komitmen, sebanyak 38,2% dari responden dan beberapa hasil wawancara menyebutkan bahwa kepercayaan menjadi salah satu faktor utama yang banyak disebutkan. Hasil Studi pendahuluan juga menunjukkan bahwa responden yang memiliki rasa kepercayaan tinggi cenderung tidak pernah mempertimbangkan untuk mengakhiri hubungan, sementara responden yang memiliki rasa kepercayaan yang rendah cenderung merasa khawatir dan tidak pasti akan kesetiaan pasangannya.

Secara fungsional, kepercayaan memiliki peran yang sangat mendasar dalam membentuk dan mempertahankan komitmen dalam hubungan romantis. Pertama, kepercayaan berfungsi sebagai fondasi stabilitas emosional dalam hubungan. Ketika individu mempercayai pasangannya, mereka merasa aman untuk tetap berinvestasi secara emosional dalam hubungan tersebut meskipun dihadapkan pada ketidakpastian dan jarak (Holmes & Rempel, 1989). Kedua, kepercayaan berfungsi mengurangi kebutuhan individu untuk terus-menerus mengawasi atau memverifikasi perilaku pasangan, sehingga energi yang seharusnya terbuang untuk kecurigaan dapat dialihkan untuk memperkuat koneksi emosional antar pasangan (Rempel et al., 1985). Ketiga, kepercayaan memperkuat motivasi untuk mempertahankan hubungan dalam jangka panjang karena individu yang percaya pada pasangannya cenderung lebih

optimis terhadap masa depan hubungan dan lebih bersedia untuk berkorban demi kelangsungan hubungan tersebut (Wieselquist et al., 1999).

Kepercayaan menjadi syarat yang tidak dapat ditawar dalam membangun komitmen, khususnya dalam hubungan jarak jauh, karena tanpa kepercayaan individu tidak akan bersedia menanggung biaya psikologis dari jarak itu sendiri. Holmes dan Rempel (1989) menegaskan bahwa kepercayaan merupakan prasyarat komitmen. Dengan kata lain, seseorang hanya akan berkomitmen pada hubungan yang ia yakini aman dan dapat diandalkan. Dalam hubungan jarak jauh, di mana verifikasi langsung terhadap perilaku pasangan tidak memungkinkan, kepercayaan menjadi satu-satunya mekanisme psikologis yang memungkinkan individu untuk tetap merasa terhubung dan berkomitmen secara emosional (Stafford, 2005). Pasangan hubungan jauh dengan tingkat kepercayaan tinggi menunjukkan korelasi positif terhadap kualitas hubungan dan komitmen, bahkan melampaui pasangan jarak dekat (Jiang & Hancock, 2013). Sebaliknya, rendahnya kepercayaan memunculkan kecemburuan dan kecemasan yang secara bertahap dapat merusak komitmen hubungan (Dainton & Aylor, 2002).

Di sisi lain, jaringan sosial berkurang di hubungan yang ada sehingga dapat memunculkan kesepian, dan kesepian ini dapat menjadi satu yang mempengaruhi komitmen. Kesepian (*loneliness*) merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan yang muncul akibat defisit dalam jaringan sosial seseorang, baik secara kuantitas maupun kualitas (Perlman & Peplau, 1981). Weiss (1973) membedakan kesepian ke dalam dua bentuk utama, yakni *social loneliness*, yang muncul akibat kurangnya jaringan pertemanan dan komunitas sosial, serta *emotional loneliness* atau yang dalam konteks hubungan romantis disebut sebagai *romantic loneliness*, yaitu kesepian yang muncul akibat tidak adanya figur keterikatan emosional yang intim dan dekat secara fisik. Dalam konteks hubungan jarak jauh, bentuk kesepian yang paling dominan dan paling berpengaruh adalah *romantic loneliness* ini.

Romantic loneliness didefinisikan sebagai perasaan tertekan akibat tidak terpenuhinya kebutuhan akan hubungan romantis yang bermakna, meskipun individu tersebut memiliki keinginan kuat untuk mendapatkan keintiman dan koneksi

emosional (Husain et al., 2025). Konsep ini berbeda dari kesepian umum (*general loneliness*) karena secara spesifik bersumber dari kebutuhan emosional dan fisik yang tidak terpenuhi dalam konteks hubungan romantis. Hal ini mencakup tidak hanya ketiadaan pasangan, tetapi juga absennya keintiman emosional, afeksi, dan rasa *companionship* yang merupakan elemen penting dari ikatan romantis (DiTommaso & Spinner, 1997). Husain et al. (2025) menegaskan bahwa *romantic loneliness* merupakan sub dimensi unik dari kesepian yang memiliki implikasi signifikan terhadap kesejahteraan emosional dan kesehatan mental. Individu yang mengalami *romantic loneliness* cenderung melaporkan gejala depresi, kecemasan, dan penurunan kepuasan hidup (Cacioppo & Patrick, 2008). Lebih jauh, kurangnya keterikatan romantis mengikis kebutuhan psikologis inti seperti *belongingness*, validasi, dan cinta, sekaligus memunculkan persepsi negatif terhadap diri sendiri, termasuk perasaan tidak diinginkan, rendah diri, dan kerentanan emosional (Husain et al., 2025; Rokach & Sha'ked, 2013).

Berbeda dengan *social loneliness* yang dapat diatasi dengan memperluas jaringan pertemanan, *romantic loneliness* bersifat lebih spesifik karena hanya dapat dipenuhi oleh kehadiran figur keterikatan utama, yaitu pasangan romantis itu sendiri (Bowlby, 1969; Shaver & Hazan, 1988). Artinya, seberapa pun ramainya lingkungan sosial seorang individu yang menjalani hubungan jarak jauh, rasa sepi yang bersumber dari ketidakhadiran pasangan tidak akan hilang hanya dengan menambah interaksi sosial lainnya. DiTommaso dan Spinner (1997) mengembangkan konsep ini lebih lanjut dengan menegaskan bahwa *romantic loneliness* secara konsisten berhubungan negatif dengan kepuasan hubungan dan kesejahteraan psikologis individu, dan efeknya lebih kuat dibandingkan bentuk kesepian sosial lainnya.

Dalam konteks hubungan jarak jauh pada dewasa awal, *romantic loneliness* menjadi masalah yang lebih serius karena fase dewasa awal sendiri merupakan periode di mana kebutuhan akan kedekatan dan keintiman emosional sedang berada pada puncaknya (Hurlock, 1980). Individu yang mengalami *romantic loneliness* secara berkepanjangan cenderung mulai mempertanyakan nilai dan keberlanjutan hubungan yang mereka jalani (Rokach & Sha'ked, 2013). Cacioppo dan Patrick

(2008) menyatakan bahwa kesepian tidak hanya berdampak pada kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan, tetapi juga mempengaruhi cara individu mempersepsi dan mengevaluasi kualitas hubungan interpersonalnya. Ketika individu yang menjalani hubungan jarak jauh mengalami intensitas *romantic loneliness* yang tinggi, mereka menjadi lebih rentan terhadap persepsi negatif terhadap hubungan dan pasangannya, yang kemudian secara bertahap terakumulasi menjadi keraguan terhadap komitmen. Hal ini diperburuk oleh fakta bahwa dalam masyarakat yang mengidealisasi hubungan romantis sebagai penanda keberhasilan dan identitas sosial, individu yang merasa tidak terpenuhi secara romantis akan mengalami distress yang lebih dalam (Husain et al., 2025). Kondisi ini menjadikan *romantic loneliness* sebagai faktor psikologis yang tidak dapat diabaikan dalam memahami dinamika komitmen pada pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh (Parks & Adelman, 1983; DiTommaso & Spinner, 1997; Rokach & Sha'ked, 2013; Husain et al., 2025). Dengan demikian, kepercayaan (*trust*) dan kesepian (*loneliness*) terutama *romantic loneliness* memiliki peran yang berlawanan namun sama-sama signifikan terhadap komitmen hubungan jarak jauh (Rempel et al., 1985; Cacioppo & Patrick, 2008).

Berdasarkan studi pendahuluan peneliti, sebanyak 23,5% responden menyatakan bahwa kesepian menjadi faktor utama yang mempengaruhi komitmen mereka. Salah satu responden bahkan menyatakan, “LDR lama jadi ga berasa punya pacar”, sementara responden lain menyatakan, “kangen tapi ga bisa ketemu” sebagai tantangan besar yang dihadapi. Ungkapan-ungkapan tersebut menunjukkan bahwa *romantic loneliness* dapat berpengaruh terhadap berkomitmen dalam hubungan jarak jauh.

Meskipun demikian, sebagian besar studi terdahulu meneliti kepercayaan dan kesepian secara terpisah, tanpa mengkaji bagaimana keduanya berinteraksi secara bersamaan terhadap komitmen dalam hubungan jarak jauh (Pistole et al., 2010). Selain itu penelitian pada populasi dewasa awal di Indonesia masih sangat terbatas, padahal konteks budaya lokal memiliki karakteristik yang berbeda dari literatur barat yang ada (Geong & Wedyorini, 2025). Hal ini menjadi alasan mengapa perlu dilakukan penelitian yang secara bersamaan menguji pengaruh *trust* dan *romantic*

loneliness terhadap komitmen dalam hubungan jarak jauh pada dewasa awal terutama di Indonesia, guna memberikan pemahaman yang lebih utuh tentang dinamika psikologis yang menentukan keberlangsungan hubungan jarak jauh.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, terdapat masalah-masalah yang dapat diidentifikasi:

1. Hubungan jarak jauh pada dewasa awal memiliki berbagai tantangan yang secara signifikan berbeda dengan hubungan jarak dekat, terutama dengan adanya keterbatasan fisik dan interaksi langsung atau tatap muka secara konsisten.
2. Komitmen dalam hubungan jarak jauh bersifat rentan dan dinamis. Studi pendahuluan peneliti menunjukkan bahwa sebanyak 64,7% dari responden mengakui pernah mempertimbangkan untuk mengakhiri hubungan jarak jauh mereka, mengindikasikan bahwa komitmen merupakan persoalan yang perlu diteliti lebih lanjut.
3. Kepercayaan (*trust*) merupakan faktor yang paling banyak disebut mengenai pengaruh terhadap komitmen dalam hubungan jarak jauh. Sebanyak 38,2% responden dari studi pendahuluan mengakui hal tersebut, tetapi mekanisme pengaruh secara empiris terhadap komitmen pada konteks hubungan jarak jauh terutama di Indonesia belum banyak dibahas.
4. *Romantic loneliness* atau kesepian romantis berpotensi memiliki pengaruh tidak baik terhadap komitmen dalam hubungan jarak jauh. Hal ini berdasarkan studi pendahuluan peneliti yang menunjukkan bahwa sebanyak 23,5% dari responden menyatakan rasa kesepian sebagai faktor yang paling mempengaruhi komitmen mereka terhadap hubungan jarak jauh yang pernah atau sedang dijalani.
5. Hasil penelitian terdahulu mengenai komitmen dalam hubungan jarak jauh masih beragam dan belum konsisten, ada yang menunjukkan tingkat idealisasi dan intimasi lebih tinggi pada pasangan hubungan jarak jauh,

ada yang tidak menemukan perbedaan signifikan dibandingkan hubungan jarak dekat, sementara yang lain justru menemukan tingkat komitmen yang lebih rendah pada pasangan hubungan jarak jauh. Hal ini menunjukkan adanya celah atau *gap* penelitian yang perlu dilengkapi.

6. Belum terdapat penelitian yang secara bersamaan menguji pengaruh kepercayaan (*trust*) dan *romantic loneliness* terhadap komitmen dalam hubungan jarak jauh pada dewasa awal di Indonesia, sehingga terdapat celah atau *gap* penelitian yang perlu dilengkapi.

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada pengkajian dua variabel psikologis, yaitu *trust* dan *romantic loneliness*, dalam hubungannya dengan komitmen dalam *long distance relationship* pada individu dewasa awal berusia 18-40 tahun yang sedang atau pernah menjalani hubungan jarak jauh. Penelitian ini tidak membahas variabel psikologis lainnya seperti kepuasan hubungan, *attachment style*, maupun kualitas komunikasi yang terperinci meskipun faktor-faktor tersebut muncul dalam studi pendahuluan.

1.4 Rumusan Masalah

Apakah *trust* dan *romantic loneliness* berpengaruh terhadap komitmen dalam *long distance relationship* pada dewasa awal?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini menjadi untuk mengetahui pengaruh *trust* dan *romantic loneliness* secara bersamaan terhadap komitmen dalam *long distance relationship* pada dewasa awal.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial dan psikologi klinis,

dengan memperkaya pemahaman tentang dinamika komitmen dalam hubungan jarak jauh. Penelitian ini dapat mengisi celah atau *gap* mengenai peran *trust* dan *romantic loneliness* secara bersamaan terhadap komitmen dalam hubungan jarak jauh, sekaligus memberikan landasan bagi penelitian selanjutnya yang membahas faktor-faktor psikologis dalam hubungan romantis.

1.6.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak. Bagi individu yang menjalani hubungan jarak jauh, temuan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya membangun rasa kepercayaan dan mengelola rasa kesepian (romantis) sebagai strategi mempertahankan komitmen. Bagi praktisi seperti konselor atau psikolog, diharapkan penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam merancang intervensi psikologis yang tepat bagi pasangan yang mengalami tantangan dalam hubungan jarak jauh. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi data awal dan juga referensi untuk pengembangan penelitian yang lebih mendalam mengenai hubungan jarak jauh.

