

PENGARUH KEPERCAYAAN PASANGAN TERHADAP KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA MAHASISWA YANG MENGALAMI LONG DISTANCE RELATIONSHIP DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONTIANAK

Citra Luthfiah Maharani¹, Sri Nugroho Jati², Riszky Ramadhan³

citraluthfiah19@gmail.com¹, srinughrohojati@unmuhpnk.ac.id²

riszkyramadhan@unmuhpnk.ac.id³

Universitas Muhammadiyah Pontianak

ABSTRAK

Long distance relationship menjadi fenomena yang kerap terjadi di kalangan mahasiswa, khususnya pada mereka yang menjalani hubungan jarak jauh karena perbedaan lokasi studi atau tempat tinggal. Salah satu faktor penting dalam mempertahankan hubungan jarak jauh adalah komunikasi interpersonal yang efektif, yang sering kali dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan antara pasangan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kepercayaan pasangan terhadap komunikasi interpersonal pada mahasiswa yang mengalami long distance relationship (LDR) di Universitas Muhammadiyah Pontianak. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik survei pada 118 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Pontianak yang menjalani LDR. Alat ukur yang digunakan adalah skala psikologi dengan skala likert untuk mengukur variabel kepercayaan dan komunikasi interpersonal. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh antara kedua variabel. Hasil dari hasil output dapat diketahui bahwa nilai F hitung = 346,986 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel kepercayaan dengan kata lain ada pengaruh antara variabel kepercayaan terhadap variabel komunikasi interpersonal. Maka, hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kepercayaan dengan komunikasi interpersonal, hal ini diketahui berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dengan pencapaian korelasi R sebesar 0,866 dengan nilai persentase R square sebesar 0,749, hal ini dapat disimpulkan bahwa variabel bebas (kepercayaan) memiliki pengaruh terhadap variabel terikat (komunikasi interpersonal) sebesar 74,9% dan 25,1% dipengaruhi oleh hal lain diluar dari variabel bebas. Berdasarkan nilai tersebut dapat didefinisikan bahwa variabel bebas (kepercayaan) memiliki pengaruh terhadap variabel terikat (komunikasi interpersonal).

Kata Kunci: Kepercayaan Pasangan, Komunikasi Interpersonal, Hubungan Jarak Jauh, Mahasiswa.

ABSTRACT

Long-distance romantic relationships (LDRs) represent a prevalent dynamic among university students, often emerging from geographical separation due to academic commitments or residential displacement. Central to the maintenance of these relationships is effective interpersonal communication, a process that is inextricably linked to the degree of trust between partners. The present study investigates the extent to which partner trust predicts the quality of interpersonal communication among students in LDRs at Universitas Muhammadiyah Pontianak. Utilizing a quantitative design, the study surveyed 118 undergraduate students currently engaged in long-distance relationships. Standardized instruments employing Likert-scale items were used to measure perceived trust and interpersonal communication. A simple linear regression analysis yielded a statistically significant model ($F = 346.986, p < .001$), with the predictor variable (trust) accounting for 74.9% of the variance in interpersonal communication ($R = .866, R^2 = .749$). These findings provide compelling empirical evidence that partner trust serves as a robust determinant of communicative efficacy in long-distance romantic contexts. The study underscores the foundational role of trust in sustaining relational quality across distance, and invites further inquiry into complementary psychological and contextual variables that may moderate or mediate this association.

Keywords: Romantic Trust, Interpersonal Communication, Long-Distance Relationship, University

PENDAHULUAN

Dinamika dunia digital serta peningkatan mobilitas geografis mahasiswa telah berkontribusi terhadap bertumbuhnya fenomena hubungan jarak jauh (*long distance relationship/LDR*) di kalangan dewasa awal, khususnya dalam lingkungan perguruan tinggi. Berdasarkan laporan *American College Health Association* (2020), sekitar 34,2% mahasiswa yang sedang menjalin hubungan romantis mengalami LDR, dan lebih dari 75% pernah mengalaminya setidaknya sekali selama masa studi mereka. Meskipun data komprehensif secara nasional di Indonesia masih terbatas, gejala serupa mulai terlihat melalui migrasi pendidikan antar kota hingga antar provinsi, serta meningkatnya intensitas penggunaan media digital sebagai sarana membangun dan mempertahankan koneksi interpersonal.

Penerapan hubungan jarak jauh menghadirkan tantangan psikososial yang kompleks, terutama dalam hal komunikasi interpersonal. Komunikasi yang efektif, sebagai fondasi utama dalam relasi romantis, kerap terganggu oleh keterbatasan akses fisik, media digital yang kering secara emosional, serta absennya petunjuk nonverbal yang biasanya hadir dalam pertemuan langsung. Malasati dan Sarobol (2013) menyebut kondisi ini sebagai hambatan komunikasi, yakni gangguan dalam penyampaian pesan yang disebabkan oleh ketidaksesuaian persepsi serta keterbatasan kemampuan komunikasi antar pasangan. Ketidaksinkronan semacam ini sering kali memicu kesalahpahaman, jarak emosional, hingga ketidakpuasan relasional, terutama ketika interaksi hanya bergantung pada teknologi digital.

“The biggest communication problem is we do not listen to understand. We listen to reply.” – Stephen R. Covey (1991) hal ini mengasumsikan jika permasalahan dalam komunikasi ialah kebanyakan orang tidak mendengarkan dengan tujuan untuk memahami, mereka mendengarkan dengan intensi membalas ucapan si lawan bicara. Permasalahan dalam komunikasi yang sering terjadi ialah kesalahpahaman akan persepsi masing-masing individu. Menurut Malasati & Sarobol (2013), salah satu penyebab dari Communication breakdown adalah adanya perbedaan persepsi dan bahasa antara si pembicara dan si pendengar. *Communication breakdown* atau gangguan komunikasi didefinisikan sebagai kegagalan pertukaran informasi, yang mengakibatkan kurangnya komunikasi. Seringkali antara si pembicara dan si pendengar terdapat information gap yang menyebabkan mereka kesusahan untuk memahami keseluruhan pesan. *Information gap* atau kesenjangan informasi adalah situasi di mana terjadi komunikasi antara dua orang atau lebih dan informasi hanya diketahui oleh sebagian orang yang hadir.

Kepercayaan menjadi elemen penting yang merekatkan hubungan jarak jauh agar tetap bertahan secara emosional. Dunn dan Schweitzer (dalam Rottenberg, 2010) mendefinisikan kepercayaan sebagai kesediaan untuk menempatkan diri dalam posisi rentan, berdasarkan ekspektasi positif terhadap perilaku pasangan. Dalam hubungan yang terbatas oleh ruang fisik, kepercayaan bukan hanya bentuk afeksi, melainkan landasan psikologis yang menstabilkan ekspektasi, menurunkan kecemasan, serta membangun keterbukaan dalam komunikasi.

Fincham dkk. (2018) menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan yang tinggi berkorelasi positif dengan pola komunikasi yang terbuka, timbal balik, serta responsif secara emosional. Sementara itu, Devito (2020) menegaskan bahwa komunikasi adalah cerminan kondisi psikologis rasa aman, penerimaan, maupun kecurigaan. Apabila kepercayaan berkurang, maka komunikasi menjadi tertutup, defensif, dan rentan terhadap prasangka yang pada akhirnya menurunkan kualitas hubungan.

Temuan observasi awal dan wawancara terhadap lima mahasiswa yang menjalani LDR mendukung simpulan tersebut. Fluktuasi kepercayaan terbukti berdampak langsung terhadap frekuensi, intensitas, serta kualitas komunikasi. Hal-hal sederhana seperti keterlambatan membalas pesan, tidak menjawab panggilan, atau perubahan pola komunikasi dapat menimbulkan kecemasan dan konflik emosional. Walaupun media digital menjanjikan koneksi instan, ketiadaan kehadiran fisik tetap menciptakan kekosongan emosional yang menyulitkan pemeliharaan keintiman secara utuh.

Secara konseptual, hubungan jarak jauh adalah kondisi relasional yang melibatkan pasangan yang secara geografis terpisah, baik antar kota maupun antar negara, yang menyebabkan terbatasnya kedekatan fisik dalam jangka waktu tertentu (Anggraeni dkk., 2023). Hubungan ini dipandang lebih kompleks dan berisiko dibanding hubungan jarak dekat karena rawan terhadap gangguan komunikasi yang memicu konflik. Lambuan dkk. (2019) menyatakan bahwa masalah kecil dapat membesar akibat komunikasi yang terbatas, dan tak jarang jarak digunakan sebagai alasan untuk mengakhiri hubungan.

Transformasi perilaku masyarakat akibat digitalisasi juga mempercepat terjadinya LDR. Putri & Hermawati (2022) mengemukakan bahwa mahasiswa kini tak lagi hanya mencari pasangan di lingkup geografis dekat, tetapi juga melalui media sosial yang memungkinkan interaksi lintas wilayah. Media sosial berperan tidak hanya sebagai sarana pertemuan, tetapi juga sebagai wadah untuk mempertahankan komunikasi dalam LDR (Habibah & Lilis, 2021). Akan tetapi, eksistensi media tidak serta-merta menjamin terciptanya kedekatan emosional, terutama jika komunikasi tidak dikelola dengan baik.

Komunikasi interpersonal, sebagaimana dijelaskan oleh Hidayat (2012), adalah proses komunikasi dua arah yang berlangsung dalam hubungan timbal balik dan kumulatif dari waktu ke waktu. Afrilia & Anisa (2020) menambahkan bahwa dalam konteks LDR, komunikasi interpersonal harus didukung oleh pemahaman, kerja sama, dan tujuan relasional yang sama. Jika tidak, maka relasi akan rentan dipenuhi konflik. Liliweri (2017) bahkan menyebut bahwa konflik merupakan konsekuensi dari kegagalan dalam memahami dan mengelola komunikasi interpersonal.

Hasil penelitian Gayle & Yuli (2012) menunjukkan bahwa kurangnya komunikasi berpotensi menimbulkan kesalahpahaman dan konflik, yang secara langsung menurunkan tingkat kepercayaan. Almika (2021) memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan bahwa komunikasi yang buruk dalam LDR dapat memunculkan kecurigaan dan menurunkan rasa saling percaya. Molden & Eli (2010) bahkan menekankan bahwa kepercayaan dan pemaafan adalah kunci utama dalam menjaga stabilitas relasi romantis jarak jauh.

Relevansi jangka panjang, kepercayaan dapat menguatkan keterbukaan dalam komunikasi. Kristina (2022) menjelaskan bahwa ketika pasangan saling percaya, mereka akan lebih mudah berbagi cerita, menyampaikan kebutuhan emosional, serta menegosiasikan batas dalam hubungan. Sebaliknya, individu yang tidak memiliki rasa percaya cenderung mencurigai pasangan, meragukan ucapan maupun perilaku, dan pada akhirnya membentuk pola komunikasi yang tertutup (Anggraeni dkk., 2023).

Konflik yang terjadi pada hubungan jarak jauh umumnya muncul akibat miskomunikasi yang kemudian menimbulkan kecurigaan dan menurunkan rasa percaya. Bahkan, dua partisipan dalam observasi awal menyatakan bahwa meskipun mereka merasa telah melakukan komunikasi dan mempercayai pasangan, kesibukan masing-masing pihak menyebabkan komunikasi menjadi renggang. Stanford (2006) menyimpulkan bahwa hubungan jarak jauh cenderung lebih rentan terhadap konflik, luka emosional, serta peningkatan stres psikologis dibandingkan dengan hubungan yang memiliki kedekatan fisik.

Perspektif perkembangan psikososial, terkhusus asumsi yang dilandaskan pada Erikson (1963) menyatakan bahwa tahap dewasa awal adalah fase pencarian keintiman versus isolasi, di mana kepercayaan merupakan syarat dasar untuk membentuk hubungan yang sehat. Marsakawati (2012) dan Wahyuni (2015) juga menekankan bahwa komitmen dan keterbukaan adalah komponen penting dalam relasi interpersonal yang sehat. Sementara itu, Jubaedah (2019) menegaskan bahwa komunikasi yang efektif hanya dapat tercapai jika individu merasa aman dan dipercaya oleh pasangannya.

Berdasarkan keseluruhan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh kepercayaan terhadap komunikasi interpersonal pada mahasiswa yang menjalani hubungan jarak jauh. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai dinamika komunikasi interpersonal serta memberikan kontribusi strategis dalam memahami faktor-faktor yang mendukung keberlangsungan hubungan romantis di era digital.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksplanatori untuk menguji pengaruh kepercayaan terhadap komunikasi interpersonal pada mahasiswa yang menjalani hubungan jarak jauh (*long-distance relationship*). Data dikumpulkan menggunakan skala psikologis berbasis model Likert empat tingkat, dan dianalisis melalui regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS versi 26.

Populasi penelitian mencakup 4.520 mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Pontianak yang berusia 18–25 tahun dari 14 program studi. Sampel ditentukan dengan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria: mahasiswa aktif, berusia 18–25 tahun, dan sedang menjalin hubungan jarak jauh. Jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 118 orang, sesuai dengan pedoman Roscoe dalam Azwar (2017) bahwa ukuran sampel antara 30–500 memadai untuk penelitian sosial. Instrumen penelitian terdiri dari dua skala: skala kepercayaan dan skala komunikasi interpersonal. Skala kepercayaan disusun berdasarkan lima aspek dari Johnson & Johnson (1997): keterbukaan, berbagi, penerimaan, dukungan, dan niat bekerjasama. Skala komunikasi interpersonal merujuk pada lima aspek menurut Devito (2020): keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Setiap skala terdiri dari item favorable dan unfavorable yang disusun untuk mengukur sikap responden secara akurat (Azwar, 2020; Periantalo, 2019).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan kepada mahasiswa aktif Universitas Muhammadiyah Pontianak dengan rentang usia 18-25 tahun., mengindikasikan pengaruh positif antara kepercayaan dengan komunikasi interpersonal, hal ini diperkuat berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dengan pencapaian korelasi R sebesar 0,866 dengan nilai R square sebesar 0,749 yang dipersentasekan menjadi 74,9% dan 25,1% dipengaruhi oleh hal lain diluar dari variabel bebas. Berdasarkan nilai tersebut dapat didefinisikan bahwa variabel bebas (kepercayaan) memiliki pengaruh terhadap variabel terikat (komunikasi interpersonal). Dari *output* tersebut dapat diketahui bahwa nilai F hitung = 346,986 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel kepercayaan dengan kata lain ada pengaruh antara variabel kepercayaan terhadap variabel komunikasi interpersonal. Hal ini sejalan dengan penelitian Nuraeni.,dkk, (2023) Kepercayaan merupakan kunci keberhasilan dalam suatu hubungan setelah adanya komunikasi dan keterbukaan.

Selanjutnya berdasarkan analisis data yang telah dilakukan juga dapat dilihat bahwa nilai koefisien pada variabel kepercayaan 1,331 dengan capaian signifikan $0,000 < 0,05$

yang dapat diterjemahkan bahwa kepercayaan memiliki pengaruh, setiap terjadinya kenaikan pada kepercayaan maka akan mempengaruhi kenaikan pada kondisi komunikasi interpersonal sebanyak 1,331, dengan kata lain semakin tinggi kepercayaan maka akan semakin baik pula komunikasi interpersonal yang dimiliki oleh mahasiswa yang mengalami *long distance relationship*. Hal ini sejalan dengan penelitian Kristina (2022) menjelaskan bahwa jika seseorang dan pasangannya saling percaya, maka tidak akan ada keraguan untuk berbagi cerita dengan pasangannya dan terbuka satu sama lain apa yang dapat diterima dan tidak dapat diterima dalam sebuah hubungan pacaran. Pada hubungan jarak jauh, proses komunikasi interpersonal antar satu sama lain jauh lebih penting diperhatikan untuk mengelola dan mempertahankan hubungan yang sedang dijalani (Ghivari, 2021).

Tingkat kepercayaan pasangan yang mengalami *long distance relationship* di Universitas Muhammadiyah Pontianak adalah masih berada pada kategori tinggi dengan persentase 71%. Kategorisasi tertinggi dalam penelitian ditunjukkan dengan aspek dukungan (*support*) yang dimana individu merasa senang saat pasangan mampu mencapai impiannya sehingga hal tersebut sejalan dengan komunikasi yang dilakukan individu dengan individu lain untuk mengenal kelebihan dirinya. Kemudian, kategorisasi tinggi lainnya dalam penelitian ini ditunjukkan dengan aspek berbagi (*sharing*) dengan adanya sikap saling support satu sama lain secara emosional dalam pencapaian tujuan bersama. Bentuk dukungan yang sering dilakukan adalah inisiatif merespon, semangat, doa, serta moral. Ditambahkan oleh mereka, ketika saling mendukung maka suasana positif dalam hubungan juga akan tercipta. Suatu dukungan antar pasangan memberikan rasa berjuang bersama, tidak ada yang merasa sendiri ketika ada sesuatu hal mengganjal (Tania & Nurudin, 2021). Hal ini dapat diartikan tingginya kepercayaan pada pasangan memunculkan sikap saling mendukung saat menjalin *long distance relationship*.

Kategorisasi rendah terdapat pada aspek penerimaan (*acceptance*) yang dimana individu membeli kuota/pulsa agar dapat terus berkomunikasi dengan pasangan untuk melakukan kontribusi dalam komunikasi. Hal tersebut dapat diartikan rendahnya upaya individu untuk berkomunikasi secara intens saat menjalin hubungan jarak jauh sehingga dapat memicu timbulnya konflik karena kurangnya komunikasi. *Long distance relationship* bukanlah hal yang mudah ketika dilakukan, dan tidak semua pasangan dapat bertahan. Banyak sekali godaan dan cobaan didalamnya, seperti tidak percaya terhadap pasangan, kecurigaan, perselingkuhan karena jarang waktu untuk bertemu, dan terjadinya miss communication yang mengakibatkan retaknya atau terjadinya konflik sebuah hubungan *long distance relationship* yang bahkan dapat mengakibatkan berakhirnya sebuah hubungan (Nurmalikhah dkk, 2023).

Kategorisasi juga dilakukan pada kondisi komunikasi interpersonal yang mengalami *long distance relationship* di Universitas Muhammadiyah Pontianak adalah masih berada pada kategori tinggi dengan persentase 75%. Kategorisasi tinggi dalam penelitian ditunjukkan dengan aspek empati (*empathy*) yang dimana individu merasa bangga dengan pencapaian pasangan tetapi tidak pernah diungkapkan melalui pujian sehingga dapat diartikan individu mampu memahami motivasi dan pengalaman individu lain tetapi kurang dalam memvalidasi perasaan pasangan. Selanjutnya, kategorisasi tinggi lainnya dalam penelitian ini ditunjukkan dengan aspek kesetaraan (*equality*) yang dimana individu menjaga perasaan pasangan saat berhubungan jarak jauh dengan adanya pengakuan secara diam-diam bahwa kedua pihak sama-sama bernilai dan berharga. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Chiisai & Mumpuni (2021) bahwa hubungan jarak jauh memiliki tanggungjawab untuk saling menjaga perasaan karena mereka jarang untuk bertemu dan mereka banyak menghabiskan waktu dengan berkomunikasi.

Kategorisasi rendah komunikasi interpersonal pada aspek kesetaraan (*equality*) yang dimana individu selalu memuji pasangan di depan teman-temannya dengan adanya pengakuan secara diam-diam bahwa kedua pihak sama-sama bernilai dan berharga. Hal tersebut dapat diartikan beberapa individu merasa gengsi untuk memberikan kalimat pujian kepada pasangan meskipun merasa bangga atas apa yang telah dicapai oleh pasangan. Sedangkan pujian dapat menjadi langkah dalam meningkatkan keharmonisan dalam hubungan. Hal ini sejalan dengan penelitian menurut Fitri (2019) pujian menjadi salah satu sarana untuk menjalin dan meningkatkan keharmonisan hubungan. Dengan pujian, pasangan dapat mengawali dan membuka percakapan sebagai suatu bentuk tindakan yang mewakili sikap seseorang yang punya itikad baik untuk menjalin komunikasi. Hal ini menunjukkan pentingnya komunikasi untuk memvalidasi pasangan demi mewujudkan hubungan yang harmonis dan terhindar dari konflik saat menjalin *long distance relationship*.

Semakin besar rasa saling percaya pada pasangan maka komunikasi interpersonal yang terjalin menjadi semakin baik. Berdasarkan adanya pernyataan tersebut dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh variabel kepercayaan terhadap variabel komunikasi interpersonal. Sama halnya dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gonzales (dalam Habibah & Sukmawati, 2021) bahwa kepercayaan merupakan indikator dalam kepuasan hubungan jarak jauh karena seseorang tidak dapat meninjau secara langsung perilaku pasangannya, maka dari itu dibutuhkan adanya kepercayaan saat menjalani hubungan jarak jauh yang mana kepercayaan dalam suatu hubungan ini akan muncul ketika kedua individu mau melakukan pengungkapan diri. Seperti hasil penelitian dari Overwalle & Heylighen (dalam Habibah & Sukmawati, 2021) yang mengungkapkan bahwa keterbukaan akan mempengaruhi komunikasi, harapan, yang pada akhirnya akan menciptakan kepercayaan.

KESIMPULAN

Diketahui bahwa ada pengaruh kepercayaan pasangan terhadap komunikasi interpersonal. Kepercayaan memberikan sumbangan efektif terhadap komunikasi interpersonal sebesar 74,9% dan sisanya 25,1% dipengaruhi oleh variabel lainnya. Berdasarkan kategorisasi pada masing-masing variabel menunjukkan kategorisasi tinggi dengan persentase 71% pada variabel kepercayaan serta 75% pada variabel komunikasi interpersonal.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, A. M., & Arifina, A. S. (2020). Buku ajar komunikasi interpersonal. Mungkid: Penerbit Pustaka Rumah C1nta.
- Almika, F. (2021). Hubungan efikasi diri dan kemampuan pemecahan masalah pasangan jarak jauh di masa pandemi Covid 19. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 3185–3190.
- Anggraeni, D. P., Nuraeni, E. D., Riz, F. M., & Rosmawati, R. (2023). Trust issue pada mahasiswi yang menjalani long distance relationship. *Parade Riset Mahasiswa*, 1(1), 147–158.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi* (Edisi II). Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2021). *Metode penelitian psikologi* (Edisi XI). Pustaka Belajar.
- Chiisai, A. P., & Mumpuni, S. D. (2021). Studi kasus pasangan hubungan jarak jauh dalam membangun ketertarikan interpersonal pada dasar afektif. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop*, 1(2), 10–22.
- Covey, S. R. (1991). *The seven habits of highly effective people*. Provo, UT: Covey Leadership Center.
- Dargie, E., Blair, K. L., Goldstein, S. E., & Popp, D. (2015). Attachment and adjustment in college students: The role of parental, peer, and romantic attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(8), 1588–1602.

- Devito, J. A. (2020). *Komunikasi antar manusia* (Edisi ke 5). Tangerang Selatan: Karisma.
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2010). *Teori kepribadian* (Edisi 7). Jakarta: Salemba Humanika.
- Fincham, F. D., Rogge, R., & Beach, S. R. H. (2018). Relationship satisfaction. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 422–436). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781316417867.033>
- Fitri, D. (2019). Strategi merespon pujian pasangan suami istri. *Deskripsi Bahasa*, 2(2), 146–154.
- Gayle, N. T., & Nugraheni, Y. (2012). Komunikasi antar pribadi: Strategi manajemen konflik pacaran jarak jauh. *KOMUNIKATIF: Jurnal Ilmiah Komunikasi*, 1(1).
- Ghivari, R. (2021). Self disclosure hubungan jarak jauh dalam membangun hubungan harmonis di kalangan mahasiswa. *Jurnal Komunikasi Massa*, 1–20.
- Habibah, A. N., & Sukmawati, L. (2021). Representasi media sosial dalam menciptakan intimasi hubungan jarak jauh. *Jurnal Teknologi dan Informasi Bisnis*, 3, 1.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Hidayat, D. (2012). *Komunikasi antarpribadi dan medianya* (1st ed.). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Indrawati, S., & Ariela. (2018). Hubungan antara harapan dan kualitas hubungan pada dewasa muda yang sedang menjalani hubungan pacaran. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 5(1), 72–85.
- Johnson, D. W., & Johnson, F. (1997). *Joining together: Group theory and group skills* (6th ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Jourard, S. M. (1971). *Self disclosure: An experimental analysis of the transparent self*. New York: Wiley Interscience.
- Jubaedah, E. (2019). Analisis hubungan gaya kepemimpinan dan kompetensi komunikasi dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Administrasi: Media Pengembangan Ilmu dan Praktek Administrasi*, 6(4), 04–04.
- Kristina, L., Psikologi, P. S., Kedokteran, F., & Sriwijaya, U. (2022). Hubungan antara komitmen dengan kepercayaan dalam pacaran jarak jauh pada dewasa bekerja. [Data penerbit tidak lengkap].
- Lambuan, H., Mas'amah, & Letuna, M. A. (2019). Penggunaan WhatsApp sebagai media komunikasi pacaran jarak jauh: Studi fenomenologi terhadap mahasiswa Prodi Ilmu Komunikasi FISIP UNDANA. *Jurnal Communio*, 1362–1391.
- Liliweri, A. (2017). *Komunikasi antar personal*. Jakarta: Prenadamedia.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive behavioral treatment of borderline personality disorder*. New York: Guilford Press.
- Malasati, Y., & Sarobol, N. (2013). Communication strategies used by Thai EFL learners. *Proceedings FILT 2013*. www.filt2013.org
- Marsakawati, N. P. E. (2012). Strategi komunikasi: Sebuah solusi bagi permasalahan komunikasi. *Lingua Didaktika: Jurnal Bahasa dan Pembelajaran Bahasa*, 6(1), 51.
- Molden, D. C., & Finkel, E. J. (2010). Motivations for promotion and prevention and the role of trust and commitment in interpersonal forgiveness. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46, 255–268.
- Nuraeni, E. D., Riz, F. M., & Rosmawati, R. (2023). Trust issue pada mahasiswi yang menjalani long distance relationship. *Parade Riset*, 1(1), 147–158.
- Nurmalikhah, F. D., Suryo, H., & Hatuti, N. H. (2023). Komunikasi interpersonal dalam mempertahankan hubungan long distance relationship LDR melalui WhatsApp: Studi kasus pada mahasiswa Ilmu Komunikasi kelas A 2018 UNISRI dengan pasangannya yang menjalani LDR. *Solidaritas: Jurnal Ilmu Ilmu Sosial*, 7(1).
- Overwalle, F. V., & Heylighen, P. (2009). Trust development as a function of learning, expectation, and doubt: A dynamic connectionist model. *Journal of Experimental Psychology: General*, 138(4), 510–521.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Putri, A. A., & Hermawati, T. (2022). Pola komunikasi hubungan jarak jauh dalam mengatasi

- konflik interpersonal pada mahasiswa asal Kota Tegal. *Jurnal Kommas*, 22(1), 1–20.
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOOLID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35.
- Rempel, J. K., Holmes, J. G., & Zanna, M. P. (1985). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(1), 95–112.
- Rotter, J. B. (1967). A new scale for the measurement of interpersonal trust. *Journal of Personality*, 35(4), 651–665.
- Stanford, P. K. (2006). *Exceeding our grasp: Science, history, and the problem of unconceived alternatives* (Vol. 1). Oxford University Press.
- Tania, A. S. R., & Nurudin, N. (2021). Self disclosure komunikasi antar pribadi pasangan jarak jauh dalam mempertahankan hubungan saat physical distancing era pandemi COVID 19. *Komuniti: Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi*, 13(1), 1–15.
- Vita, L. P., Budi, N. W., & Nazrina, Z. (2019). Komunikasi antarpribadi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh (long distance relationship) di Kota Denpasar. *Jurnal Ilmiah Sosiologi (SOROT)*, 1–11.
- Wahyuni, E. (2015). Hubungan self efficacy dan keterampilan komunikasi dengan kecemasan berbicara di depan umum. *Jurnal Komunikasi Islam*, 5(1), 51–82.
- Winanda, A. P. (2014). Penggunaan internet sebagai alternatif media komunikasi untuk mempertahankan komitmen asmara pasangan long distance relationship. [Data penerbit tidak tersedia].
- Winayanti, R. D., & Wideasavitri, P. N. (2016). Hubungan antara trust dengan konflik interpersonal pada dewasa awal yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 10–19.