

## PERBEDAAN SEGITIGA CINTA PADA DEWASA AWAL BERDASARKAN JENIS KELAMIN DAN JARAK

Roma Setya Prisilia<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Wahyuni Kristinawati<sup>2</sup>

<sup>2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

e-mail: [romaprisilia@gmail.com](mailto:romaprisilia@gmail.com)<sup>1</sup>, [wahyuni.kristinawati@uksw.edu](mailto:wahyuni.kristinawati@uksw.edu)<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Salah satu tugas perkembangan spesifik bagi individu dewasa awal yaitu membina hubungan intim dengan lawan jenis. Penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan ketiga komponen dari teori segitiga cinta (*intimacy*, *passion*, dan *commitment*) pada laki-laki dan perempuan yang sedang menjalani pacaran *Long Distance Relationship (LDR)* dan *Proximal Relationship (PR)* dengan melibatkan 136 subjek. Penelitian ini memiliki hipotesis yaitu perempuan yang memiliki tingkat *intimacy* yang lebih tinggi dibanding laki-laki, tingkat komponen *passion* dan *decision/commitment* pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan, pada pasangan *Long Distance Relationship (LDR)* memiliki tingkat komponen *passion* dan komponen *decision/commitment* yang lebih tinggi dibanding dengan pasangan *Proximal Relationship (PR)* dan tingkat komponen *intimacy* pada pasangan *Proximal Relationship (PR)* lebih tinggi dibandingkan *Long Distance Relationship (LDR)*. Ditemukan hasil yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam tingkat *intimacy* dengan nilai *sig. (1-tailed)* sebesar 0.0285 ( $p < 0,05$ ) dan antara pasangan *Long Distance Relationship (LDR)* dengan pasangan proximal relationship (PR) dalam tingkat *passion* dengan nilai *sig. (1-tailed)* sebesar 0,0005 ( $p < 0,05$ ). Simpulan dari penelitian ini yaitu pada dewasa awal yang menjalani relasi berpacaran berdasarkan jenis kelamin ditemukan perbedaan yang signifikan tingkat komponen *intimacy* hanya pada laki-laki dan pada menjalani relasi berpacaran berdasarkan jarak ditemukan perbedaan yang signifikan tingkat komponen *passion* hanya pada pasangan *Long Distance Relationship (LDR)*.

**Kata kunci :** intimasi, gairah, komitmen, jarak, gender

### ABSTRACT

*One of the specific developmental tasks for early adult individuals is fostering intimate relationships with the opposite sex. This study aims to examine the differences between components of the love triangle theory (intimacy, passion, and commitment) for men and women who are in a long distance relationship (LDR) and proximal relationship (PR) involving 136 subjects. This study has hypotheses that women have higher level of intimacy than men, the level of passion and decision/commitment components in men are higher than women, Long Distance Relationship (LDR) couples have passion decision/ commitment components level are higher than the Proximal Relationship (PR) couples and the level of intimacy component in the Proximal Relationship (PR) couples is higher than the Long Distance Relationship (LDR) couples. The results found that there are significant differences between men and women in the level of intimacy with sig. values (1-tailed) of 0.0285 ( $p < 0.05$ ) and between Long Distance Relationship (LDR) couples and proximal relationship (PR) couples in passion level with sig. value (1-tailed) of 0.0005 ( $p < 0.05$ ). The conclusion of this study is that in early adulthood who have relationship based on gender, it was found that there was a significant difference in the level of intimacy components only in men and who have relationship based on distance, a significant difference in the level of the passion component was found only in Long Distance Relationship (LDR) couples.*

**Keywords:** *intimacy, passion, commitment, distance, gender*

## PENDAHULUAN

Masa dewasa awal adalah masa di mana individu mengeksplorasi identitas, terutama dalam cinta dan pekerjaan. Masa ini juga merupakan waktu terjadinya kunci perubahan dalam identitas terjadi untuk banyak individu (Cote, 2009; Kroger, Martinussen, & Marcia, 2010). Salah satu tugas perkembangan individu adalah mengeksplorasi khususnya dalam hal percintaan individu (Cote, 2009; Kroger, Martinussen, & Marcia, 2010), yang nantinya dapat membantu pencapaian tugas perkembangan yang selanjutnya yaitu untuk menemukan calon pasangan hidup (Santrock, 2011). Individu mengeksplorasi secara intensif pada emosi dan intimasi seksual sebagai bentuk perubahan kedewasaannya yang muncul dari masa remaja menuju dewasa (Arnett, 2006). Sternberg (1986), menyatakan terdapat tiga komponen dalam cinta yaitu intimasi atau *intimacy*, gairah atau *passion*, dan komitmen/*commitment* atau keputusan/*decision* yang setiap komponen tersebut dapat memanifestasikan komponen cinta yang berbeda-beda. Intimasi merupakan perasaan yang ditimbulkan dari pengalaman kehangatan, kedekatan, keterhubungan, dan keterikatan dalam hubungan cinta. Gairah merupakan dorongan yang mengacu pada fenomena yang terkait dalam hubungan cinta seperti romansa, ketertarikan fisik dan seksual. Komitmen yang mengacu pada jangka panjang, yaitu komitmen individu untuk mempertahankan cinta untuk individu lain, sedangkan keputusan mengacu pada jangka pendek yaitu keputusan individu untuk mencintai individu lain (Sternberg, 1986). Stanley dan Markman (1992) memandang komitmen romantis terdiri dari dua elemen utama yaitu dedikasi individu yang merupakan keinginan untuk melanjutkan hubungan dan meningkatkan kualitasnya untuk kepentingan bersama dan kendala dalam komitmen yaitu faktor dalam hubungan yang menyebabkan para pihak merasa terjebak dan/atau berkewajiban untuk tetap tinggal, terlepas dari dedikasi pribadi mereka terhadap hubungan tersebut. Komitmen tidak hanya dibutuhkan dalam sebuah hubungan pernikahan, namun juga dapat dibutuhkan dalam hubungan antara saudara, teman, sahabat, antara anak dan orang tua maupun hubungan romantis atau pacaran. Dalam penelitian Sibley, Springer, Sennum, dan Hollist (2015) dengan 20 orang dewasa awal heteroseksual yang belum menikah berusia 19-23 tahun, empat tema utama muncul dalam mendefinisikan komitmen yaitu loyalitas penuh, komunikasi berkelanjutan, investasi dalam hubungan, dan pengaruh keluarga. Menurut Sternberg (2000) terdapat dua faktor yang menjadi penyebab terjadinya cinta, yaitu: a) Daya tarik fisik yaitu individu dapat mulai saling tertarik satu sama lain dari penampilan fisik satu bertemu pertama kali; b) Kesamaan yaitu ketika individu ingin mulai membentuk suatu hubungan, individu akan mencari pasangan yang memiliki kesamaan dengan dirinya, seperti kesamaan dalam pandangan, kisah percintaan, dan kebutuhan dalam suatu hubungan.

Penerapan cinta akan berbeda pada setiap individunya. Salah satu yang membedakan implementasi cinta yaitu jenis kelamin atau biasa disebut dengan gender. Gender merupakan aspek non fisik dan bagian ekspektasi budaya mengenai laki-laki dan perempuan (Lips, 2020). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Rae (2017) diketahui bahwa perempuan cenderung rendah pada ketiga komponen dibandingkan laki-laki, sedangkan sebuah hasil penelitian menguraikan bahwa perempuan memiliki komponen intimasi dan komitmen/keputusan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki dan dalam komponen gairah laki-laki cenderung lebih tinggi dari perempuan (Nanda, 2017). Cinta yang ideal menurut Sternberg merupakan cinta yang tidak hanya melibatkan satu faktor yang dalam teori ini diwakili dengan sebuah bagian segitiga, tetapi juga dua faktor lainnya yang jika digabungkan menjadi seimbang yang disimbolkan dengan segitiga sama sisi (Sternberg, 1986). Meskipun pada kenyataannya dalam sebuah hubungan pacaran bahkan pernikahan, segitiga cinta tersebut tidak selalu

seimbang atau terjadi ketimpangan di salah satu komponen yang biasanya terjadi konflik atau masalah dalam hubungan tersebut.

Selain jenis kelamin, jarak juga dapat menjadi pemicu sebuah konflik dalam hubungan. Hubungan jarak jauh atau *Long Distance Relationship (LDR)* merupakan suatu hubungan kedua pihak yang tidak memungkinkan untuk bertemu secara tatap muka (Beebe, Beebe & Redmond, 2014), kemungkinan yang disebabkan faktor pekerjaan maupun pendidikan yang menuntut salah satu dari pasangan untuk berpisah jarak (Arditti & Kauffman, 2004). Ada beberapa konsekuensi yang harus dihadapi setiap pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh yaitu dampak positif dan negatif. Menurut Lokasari, Nugroho, dan Zuryani (2019) hubungan jarak jauh memiliki dampak positif yaitu individu menjadi lebih mandiri dan tidak bergantung pada pasangannya dalam kegiatan sehari-harinya. Adanya rasa apresiasi dari pasangan, meningkatkan kemandirian, lebih memiliki banyak waktu, meningkatkan komunikasi dan menjadikan hubungan yang lebih kuat. (Mietzner & Lin, 2005), sedangkan dampak negatif yang akan dihadapi adalah lunturnya komponen *intimacy* dikarenakan jarak yang terpaut jauh dan sulitnya bertemu dan dengan lunturnya komponen intimasi ini akan mempengaruhi kedua komponen lainnya (Lokasari, Nugroho, & Zuryani, 2019), munculnya konflik yang biasanya terkait dengan komunikasi seperti kesulitan berkomunikasi karena kesibukan masing-masing, kurangnya perhatian dan kesulitan dalam hal biaya untuk bertemu (Mietzner & Lin, 2005).

*Proximal relationship (PR)* atau hubungan jarak dekat merupakan hubungan romantis yang eksklusif, intim secara emosional dan/atau fisik, dan melibatkan komitmen yang tidak dibatasi oleh jarak dan dapat bertemu setiap hari (Hampton, 2004). Menurut Beebe, Beebe dan Redmond (2014), terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi jarak dalam suatu hubungan, yaitu: a) Komunikasi, merupakan salah satu faktor utama dalam suatu hubungan, setiap pasangan diharapkan dapat menjaga komunikasi meskipun saat pasangan saling dipisahkan oleh jarak, setiap pasangan juga diharapkan untuk dapat saling jujur dan terbuka satu sama lain, lalu ada interaksi tatap muka, khususnya dalam hubungan jarak jauh, kesempatan interaksi tatap muka lebih sedikit, setiap pasangan diharapkan untuk menunjukkan perilaku-perilaku positif satu sama lain ketika bertemu sehingga meningkatkan rasa kepuasan; b) Biaya yang dikeluarkan untuk meningkatkan interaksi tatap muka dalam hubungan jarak jauh. Seperti biaya tiket kendaraan transportasi jarak jauh dan biaya lainnya.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Permatasari (2013) yaitu tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hubungan cinta berdasarkan komponen segitiga cinta (Sternberg, 1997) baik jarak dekat maupun jarak jauh pada perempuan. Penelitian ini memiliki keterbatasan terkait dengan subjek penelitian yang dilibatkan hanya wanita tanpa mempertimbangkan subjek laki-laki. Selanjutnya, menurut penelitian yang dilakukan oleh Ng (2017) menunjukkan laki-laki memiliki komponen gairah yang lebih tinggi dibanding perempuan sedangkan untuk komponen intimasi dan komitmen/keputusan tidak memiliki perbedaan antara laki-laki dan perempuan. Lalu hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri (2014), laki-laki memiliki komponen gairah yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan, sedangkan untuk komponen intimasi dan komitmen/keputusan tidak terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan dewasa awal yang menjalani hubungan jarak jauh. Pada penelitian-penelitian tersebut dapat kita lihat dinamika cinta pada relasi pacaran hubungan jarak jauh, namun belum diketahui apakah hal yang sama dapat terjadi pada pasangan jarak dekat. Rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat perbedaan tingkat intimasi, gairah, komitmen/keputusan pada dewasa awal yang menjalani relasi berpacaran berdasarkan jenis kelamin dan jarak? Berdasarkan rumusan masalah tersebut, dapat diketahui tujuan dari penelitian ini yaitu

untuk menguji perbedaan teori segitiga cinta (intimasi, gairah, komitmen/keputusan) pada laki-laki dan perempuan yang sedang menjalani pacaran jarak jauh maupun jarak dekat.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif dan melibatkan Mahasiswa Universitas Satya Wacana Fakultas Psikologi sebagai populasi dan 136 subjek dengan teknik sampling *Purposive Sample*. Pada penelitian ini, sampel yang digunakan yaitu mahasiswa yang memenuhi kriteria berikut, yaitu: a) Mahasiswa aktif Universitas Satya Wacana Fakultas Psikologi baik laki-laki maupun perempuan dengan tahun angkatan 2015 sampai tahun angkatan 2019; b) Berusia 18-25 tahun; c) Sedang menjalani hubungan romantis atau pacaran dengan minimal usia hubungan 6 bulan. Pada penelitian ini, metode pengumpulan data yang digunakan yaitu *google form* sebagai media pengisian kuesioner yang telah dibagikan oleh peneliti. Alat yang digunakan adalah Skala Segitiga Cinta Sternberg (*Sternberg's Triangular Love Scale/STLS*) yang berisikan 45 aitem yang meliputi tiga komponen cinta yaitu intimasi, gairah, komitmen/keputusan.

## HASIL

Tabel 1. menunjukkan bahwa tingkat intimasi kategori rendah pada laki-laki terdapat 5 orang (3,7 %) masuk dalam kategori rendah, sedangkan pada perempuan sebanyak 9 orang (6.6 %).

Tabel 1.  
Kategorisasi Intimasi Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Interval	Laki-Laki		Perempuan		Total	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Tinggi	71-75	14	10,3	10	7,4	24	17,6
Sedang	59-70	49	36,0	49	36,0	98	72,1
Rendah	15-58	5	3,7	9	6,6	14	10,3
<b>Total</b>						136	100

Tabel 2. memperlihatkan tingkat gairah kategori rendah pada laki-laki sebanyak 6 orang (4.4 %) sedangkan pada perempuan sebanyak 14 orang (10.3 %).

Tabel 2.  
Kategorisasi Gairah Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Interval	Laki-laki		Perempuan		Total	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Tinggi	68-75	8	5,9	15	11,0	23	16,9
Sedang	51-67	54	39,7	39	28,7	93	68,4
Rendah	15-50	6	4,4	14	10,3	20	14,7
<b>Total</b>						136	100

Menurut Tabel 3. di atas tingkat komitmen/keputusan yang masuk dalam kategori rendah, yaitu pada laki-laki sebanyak 11 orang (8.1 %) dan pada perempuan terdapat 14 orang (10.3 %).

Tabel 3.

## Kategorisasi Komitmen/Keputusan Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Interval	Laki-laki		Perempuan		Total	
		Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Tinggi	72-75	12	8,8	15	11,0	27	19,9
Sedang	57-71	45	33,1	39	28,7	84	61,8
Rendah	15-56	11	8,1	14	10,3	25	18,4
<b>Total</b>						136	100

Tabel 4. menunjukkan tingkat intimasi pada pasangan *Long Distance Relationship (LDR)* yang masuk dalam kategori rendah sebanyak 7 orang (5.1 %) sedangkan pada pasangan *Proximal relationship (PR)* terdapat 7 orang (5.1 %) masuk dalam kategori rendah.

Tabel 4.

## Kategorisasi Intimasi Berdasarkan Jenis Hubungan

Kategori	Interval	Hubungan Jarak Jauh		Hubungan Jarak Dekat		Total	
		Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Tinggi	71-75	13	9,6	11	8,1	24	17,6
Sedang	59-70	48	35,3	50	36,8	98	72,1
Rendah	15-58	7	5,1	7	5,1	14	10,3
<b>Total</b>						136	100

Tabel 5. menunjukkan tingkat gairah pada pasangan *Long Distance Relationship (LDR)* yang masuk dalam kategori rendah yaitu sebanyak 14 orang (10.3 %) sedangkan pada pasangan *Proximal relationship (PR)* terdapat 68 orang (50 %) masuk dalam kategori rendah.

Tabel 5.

## Kategorisasi Gairah Berdasarkan Jenis Hubungan

Kategori	Interval	Hubungan Jarak Jauh		Hubungan Jarak Dekat		Total	
		Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)	Frekuensi	(%)
Tinggi	68-75	8	5,9	15	11,0	23	16,9
Sedang	51-67	46	33,8	47	34,6	93	68,4
Rendah	15-50	14	10,3	68	50,0	82	60,3
<b>Total</b>						198	145,6%

Tabel 6. menunjukkan tingkat komitmen/keputusan pada pasangan *Long Distance Relationship (LDR)* yang masuk dalam kategori rendah sebanyak 10 orang (7.4 %) dan pada pasangan *Proximal relationship (PR)* terdapat 14 orang (10.3 %) masuk dalam kategori rendah.

Tabel 6.

## Kategorisasi Komitmen/Keputusan Berdasarkan Jenis Hubungan

Kategori	Interval	Hubungan Jarak Jauh		Hubungan Jarak Dekat		Total	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Tinggi	72-75	11	8,1	12	8,8	23	16,9
Sedang	57-71	47	34,6	42	30,9	89	65,4
Rendah	15-56	10	7,4	14	10,3	24	17,6
<b>Total</b>						136	100%

Berdasarkan Tabel 7. Komponen intimasi memperoleh nilai t hitung sebesar 1.917 dan nilai t tabel sebesar 1.65630 dan nilai signifikansi (*1-tailed*) sebesar 0.0285. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada komponen intimasi antara perempuan dengan laki-laki dewasa awal, yang bila dilihat dari *mean* empiris, laki-laki memiliki *mean* empiris yang lebih tinggi dari perempuan. Selanjutnya komponen gairah, nilai t hitung sebesar 1.300 dan nilai signifikansi (*1-tailed*) sebesar 0.098. Artinya, tidak ada perbedaan yang signifikan pada komponen gairah perempuan dengan laki-laki dewasa awal. Pada komponen komitmen/keputusan, nilai t hitung sebesar 1.227 dan nilai signifikansi (*1-tailed*) sebesar 0.111. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada komponen komitmen/keputusan antara perempuan dengan laki-laki dewasa awal.

Tabel 7.

## Hasil Uji Hipotesis Skala STLS (1988) berdasarkan Jenis Kelamin

Komponen	Jenis Kelamin	N	Mean	t	Sig. (2-tailed)	Sig. (1-tailed)
Intimasi	Laki-Laki	136	65.97	1.917	0.057	0.0285
	Perempuan		64.09			
Gairah	Laki-Laki	136	60.09	1.300	0.196	0.098
	Perempuan		58.35			
Komitmen /Keputusan	Laki-Laki	136	65.21	1.227	0.222	0.111
	Perempuan		63.78			

Pada komponen intimasi diperoleh nilai t hitung sebesar -0.889 dan nilai t tabel sebesar 1.73406 dan nilai signifikansi (*1-tailed*) sebesar 0.188. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada komponen intimacy antara pasangan hubungan jarak dekat dengan pasangan hubungan jarak jauh. Untuk komponen gairah, nilai t hitung sebesar -3.499 dan nilai signifikansi (*1-tailed*) sebesar 0,0005, yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada komponen passion antara pasangan hubungan jarak dekat dengan pasangan hubungan jarak jauh. Sehubungan dengan hal tersebut, jika dilihat dari nilai *mean* empiris keduanya, maka dapat diketahui bahwa pasangan hubungan jarak jauh memiliki nilai *mean* empiris yang lebih tinggi dibandingkan dengan pasangan hubungan jarak dekat. Selanjutnya, untuk komponen *decision/commitment*, nilai t hitung sebesar -1.125 dan nilai sig. (*1-tailed*) sebesar 0,1315. Artinya, tidak ada perbedaan pada komponen komitmen/keputusan antara kedua jenis hubungan.

Tabel 8.

Hasil Uji Hipotesis Skala STLS (1988) berdasarkan Jenis Hubungan

Komponen	Jenis Kelamin	N	Mean	t	Sig. (2-tailed)	Sig. (1-tailed)												
Intimasi	PR	136	64.59	-0.889	0.376	0.188												
	LDR		65.47				Gairah	PR	56.97	-3.499	0.001	0,0005	LDR	61.47	Komitmen/ Keputusan	PR	63.84	-1.125
Gairah	PR		56.97	-3.499	0.001	0,0005												
	LDR		61.47				Komitmen/ Keputusan	PR	63.84	-1.125	0.263	0,1315	LDR	65.15				
Komitmen/ Keputusan	PR		63.84	-1.125	0.263	0,1315												
	LDR		65.15															

## PEMBAHASAN

Hasil uji t menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada komponen gairah dan komitmen/keputusan. Hal ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Baumeister (2014) di mana gairah laki-laki lebih tinggi daripada perempuan dan juga bertentangan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Taylor, Peplau, dan Sears (2009), di mana perempuan memiliki tingkat komitmen yang lebih tinggi jika dibandingkan laki-laki. Di sisi lain, hasil uji t menunjukkan pada komponen intimasi, terdapat perbedaan yang signifikan di mana laki-laki lebih unggul dibanding dengan perempuan. Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian Rae (2017) yaitu terdapat perbedaan yang signifikan dan laki-laki lebih unggul pada komponen intimasi dan juga sejalan dengan hasil penelitian oleh Ubando (2016) yang menyatakan bahwa tingkat intimasi pada laki-laki lebih tinggi dibanding perempuan. Namun, bertentangan dengan hasil penelitian Sternberg (1997) yang menemukan bahwa perempuan memiliki tingkat intimasi yang lebih tinggi dibanding laki-laki. Selain itu, menurut hasil penelitian Ng (2017) yaitu menemukan tidak ada perbedaan yang signifikan yang sejalan dengan hasil penelitian Putri (2014) dan menurut hasil penelitian oleh Agusdwitanti, Tambunan, dan Restaningsih (2015), di mana perempuan memiliki intimasi yang lebih tinggi dari laki-laki. Tingginya intimasi pada laki-laki kemungkinan dapat dipengaruhi oleh tingkat kelekatan dengan orang tua pada laki-laki yang lebih tinggi dari perempuan Agusdwitanti, Tambunan, dan Restaningsih (2015) yang berpengaruh pada tingkat intimasi (Utami & Murti, 2017). Selain itu, laki-laki juga memiliki tingkat *self-disclosure* atau pengungkapan diri yang lebih tinggi dibanding perempuan (Jaradat, 2020), juga sejalan dengan hasil penelitian oleh Jiang, Yang dan Wang (2016) dan di mana jika tingkat pengungkapan diri yang tinggi akan meningkatkan tingkat intimasi (Falk & Wagner, 1985).

Pada komponen intimasi dan komitmen/keputusan hasil uji menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara pasangan hubungan jarak dekat dengan pasangan hubungan jarak jauh. Sejalan dengan hasil penelitian oleh Christie dan Maria (2020) dan Permatasari (2013) yang juga menemukan tidak ada perbedaan yang signifikan antara pasangan hubungan jarak dekat dengan pasangan hubungan jarak jauh pada komponen intimasi dan komitmen/keputusan, dan menurut Guldner dan Swensen (1995), juga menemukan bahwa individu dalam hubungan jarak jauh menunjukkan tingkat intimasi dan komitmen/keputusan yang sama dengan individu dalam hubungan jarak dekat. Selanjutnya, hasil uji t juga menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada komponen gairah yang didominasi oleh pasangan hubungan jarak jauh. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Jayanti (2014) yang menyatakan dalam pasangan hubungan jarak jauh memiliki tingkat gairah yang tinggi. Tingkat gairah yang tinggi dalam pasangan hubungan jarak jauh kemungkinan dikarenakan

oleh “*Honey Moon Effect*” atau efek bulan madu yang terjadi berulang. Menurut Kelmer, Rhoades, Stanley dan Markman (2013), efek bulan madu merupakan respons emosional dan seksual positif yang meningkat ketika individu bertemu secara langsung yang diakibatkan oleh rutinitas perpisahan dan bertemu yang berulang. Komponen gairah yang mengacu pada romansa, ketertarikan fisik dan kepuasan seksual (Sternberg, 1997). Hamilton dan Meston (2010) menyatakan bahwa terdapat lonjakan signifikan pada kadar testosteron wanita sebagai bukti dari antisipasi dan hasrat seksual sesaat sebelum bertemu dengan pasangan dan setelah pertama kali aktifitas seksual setelah terpisah oleh jarak yang jauh. Selain itu, menurut Bloom (2015), pasangan hubungan jarak jauh yang menggunakan *video call* memiliki hubungan yang signifikan dan positif dengan kepuasan seksual, hal ini sejalan dengan penelitian ini yang menemukan 68 responden pasangan hubungan jarak jauh memakai *video call* sebagai salah satu sarana berkomunikasi.

Menurut Sternberg (2000) terdapat dua faktor penyebab cinta yaitu daya tarik fisik dan kesamaan seperti kesamaan dalam pandangan, kesamaan dalam kisah percintaan dan kesamaan dalam kebutuhan dalam suatu hubungan. Pada laki-laki ditemukan faktor daya tarik fisik menjadi faktor penyebab cinta yang paling banyak, sedangkan pada perempuan ditemukan faktor yang paling banyak yaitu faktor adanya kesamaan terutama pada kesamaan pandangan. Selain itu, pada pasangan hubungan jarak jauh, faktor kesamaan menjadi faktor paling banyak yang menjadi faktor penyebab cinta terutama faktor kesamaan dalam pandangan dan faktor kesamaan kebutuhan. Kedua faktor ini juga menjadi faktor yang paling banyak yang menjadi faktor penyebab cinta bagi pasangan hubungan jarak dekat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisa data dan pembahasan sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa pertama yaitu tidak ada perbedaan tingkat intimasi, gairah dan komitmen/keputusan pada dewasa awal yang menjalani relasi berpacaran berdasarkan jenis kelamin kecuali pada komponen intimasi yang di mana laki-laki lebih tinggi dari pada perempuan dengan perbedaan yang signifikan dan yang kedua tidak ada perbedaan tingkat intimasi, gairah dan komitmen/keputusan pada dewasa awal yang menjalani relasi berpacaran berdasarkan jarak kecuali pada komponen *passion* yang di mana pasangan hubungan jarak jauh tinggi dibandingkan pasangan hubungan jarak dekat perbedaan yang signifikan. Saran yang dapat diberikan peneliti untuk responden baik untuk pasangan hubungan jarak jauh maupun pasangan hubungan jarak dekat dan untuk perempuan maupun laki-laki, yang masuk dalam kategori sedang dan rendah disarankan lebih proaktif agar dapat meningkatkan komponen cinta. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya yang memiliki minat dengan tema teori segitiga cinta (Sternberg, 1986) disarankan untuk memperhatikan kriteria responden disarankan untuk memikirkan batas jarak menggunakan batasan yang spesifik seperti menggunakan batas kilometer, memperluas lingkup subjek dan mempertimbangkan frekuensi pacaran yang dimiliki oleh responden.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusdwitanti, H., & Tambunan, S. (2015). Kelekatan dan intimasi pada dewasa awal. *Jurnal Ilmiah Psikologi Gunadarma*, 8(1), 97632. <https://doi.org/10.35760/psi>
- Arditti, J. A., & Kauffman, M. (2004). Staying close when apart: Intimacy and meaning in long-distance dating relationships. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 3(1), 27–51. [https://doi.org/10.1300/J398v03n01\\_03](https://doi.org/10.1300/J398v03n01_03)
- Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood: understanding the new way of coming of age. In J. J. Arnett & J. L. Tanner (Eds.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*. American Psychological Association.

- Baumeister, R. F. (2014). *Masochism and the self*. Psychology Press.
- Beebe, S. A., Beebe, S. J., & Redmond, M. V. (2014). Interpersonal communication: Relating to others. In *Pearson*.
- Bloom, A. L. (2015). Explaining relationship satisfaction: Attachment, technology use, and sexual satisfaction in long-distance relationships. *ProQuest Dissertations and Theses, January*, 161.
- 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>
- Cote, J. E. (2009). Identity formation and self - development in adolescence. In *Handbook of adolescent psychology: Individual bases of adolescent development* (pp. 266–304). John Wiley & Sons Inc. <https://doi.org/10.1002/9780470479193.adlpsy001010>
- Falk, D. R., & Wagner, P. N. (1985). Intimacy of self-disclosure and response processes as factors affecting the development of interpersonal relationships. *Journal of Social Psychology*, 125(5), 557–570. <https://doi.org/10.1080/00224545.1985.9712029>
- Guldner, G. T., & Swensen, C. H. (1995). Time spent together and relationship quality : long-distance relationships as a test case. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12(2), 313–320. <https://doi.org/doi:10.1177/0265407595122010>
- Hamilton, L. D., & Meston, C. M. (2010). The effects of partner togetherness on salivary testosterone in women in long distance relationships. *Hormones and Behavior*, 57(2), 198–202. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2009.10.014>
- Hampton, J. P. . (2004). *The effect of communication on satisfaction in long-distance and proximal relationship of college students*.
- Jaradat, A. K. M. (2020). An exploratory study of gender differences in self-disclosure: The case of college students in Jordan. *North American Journal of Psychology*, 22(3), 363–372.
- Jayanti, I. S. (2014). Studi deskriptif mengenai cinta (intimacy, passion, dan commitment) pada pasangan suami-istri yang menjalani commuter marriage tipe adjusting couple [University Padjadjaran]. In *Skripsi*. <http://repository.unpad.ac.id/frontdoor/index/index/docId/29076>
- Jiang, L. C., Yang, I. M., & Wang, C. (2016). Self-disclosure to parents in emerging adulthood: Examining the roles of perceived parental responsiveness and separation–individuation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(4), 425–445. <https://doi.org/10.1177/0265407516640603>
- Kelmer, G., Rhoades, G. K., Stanley, S., & Markman, H. J. (2013). Relationship quality, commitment, and stability in long-distance relationships. *Family Process*, 52(2), 257–270. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2012.01418.x>
- Kroger, J., Martinussen, M., & Marcia, J. E. (2010). Identity status change during adolescence and young adulthood: A meta-analysis. *Journal of Adolescence*, 33(5), 683–698. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2009.11.002>
- Lips, H. M. (2020). *Sex and gender: An introduction*. Waveland Press.
- Lokasari, P. V., Nugroho, W. B., & Zuryani, N. (2019). Komunikasi antarpribadi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh (long distance relationship) di Kota Denpasar. *Jurnal Ilmiah Sosiologi (SOROT)*, 1(2), 1–11.
- Mietzner, S., & Lin, L.-W. (2005). Would you do it again? relationship skills gained in a long-distance relationship. *College Student Journal*, 39(1), 192–200.
- Ng, K. T. (2017). Psychometric properties of the Chinese version of the intimacy, passion, and commitment scale. *Current Psychology*, 39(1), 58–67. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9731-4>
- Permatasari, K. I. (2013). Perbedaan cinta sternberg (intimacy, passion, commitment) berdasarkan jarak tempat tinggal pada wanita [Sanata Dharma University]. In *Skripsi Thesis*. <https://repository.usd.ac.id/8597/>
- Putri, D. A. (2014). *Studi komparatif komponen cinta antara laki-laki dan perempuan dewasa awal yang menjalani long distance relationship*. Universitas of Surabaya Repository; University of Surabaya. <http://repository.ubaya.ac.id/26497/>

- Rae, M. O. (2017). Survei tentang kepuasan hubungan dalam pacaran pada pasangan pacaran jarak jauh (long-distance relationship) [Sanata Dharma University]. In *Skripsi Thesis*. [https://repository.usd.ac.id/12133/2/119114034\\_full.pdf](https://repository.usd.ac.id/12133/2/119114034_full.pdf)
- Santrock, J. W. (2011). Life-span development. In *McGraw-Hill*.
- Sibley, D. S., Springer, P. R., Vennum, A., & Hollist, C. S. (2015). An exploration of the construction of commitment leading to marriage. *Marriage and Family Review*, 51(2), 183–203. <https://doi.org/10.1080/01494929.2015.1031424>
- Stanley, S. M., & Markman, H. J. (1992). *Assessing commitment in personal relationships*. 54(3), 595–608.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *American Psychological Association*, 93(2), 119–135. <https://doi.org/10.4324/9780203311851>
- Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology*, 27(3), 313–335. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1099-0992\(199705\)27:3<313::aid-ejsp824>3.3.co;2-w](https://doi.org/10.1002/(sici)1099-0992(199705)27:3<313::aid-ejsp824>3.3.co;2-w)
- Sternberg, R. J. (2000). *What's your love story?* Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com/intl/articles/200007/whats-your-love-story>
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial*. Kencana Perdana Media Group.
- Ubando, M. (2016). Gender differences in intimacy, emotional expressivity, and relationship satisfaction. *Pepperdine Journal of Communication Research*, 4(13), 19–29.
- Utami, C., & Murti, H. A. S. (2017). Hubungan antara kelekatan dengan orangtua dan keintiman dalam bepacaran pada dewasa awal. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 22(1), 40–49. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol22.iss1.art3>