

BAB IV

PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh membangun dan mempertahankan *sense of presence* melalui proses komunikasi interpersonal yang bersifat adaptif, responsif, dan bermakna. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *sense of presence* tidak hanya dipahami sebagai kemampuan teknologi komunikasi dalam menghubungkan dua individu yang berada pada lokasi geografis yang berbeda, tetapi sebagai pengalaman psikologis ketika pasangan tetap merasakan kedekatan emosional, perhatian, keterlibatan, serta keberadaan satu sama lain dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, rumusan masalah penelitian mengenai bagaimana pasangan LDR membangun dan mempertahankan *sense of presence* melalui media komunikasi online dapat dijawab melalui tiga temuan utama penelitian, yaitu negosiasi komunikasi sebagai strategi mempertahankan *sense of presence*, responsivitas dan perhatian sebagai pembentuk rasa hadir, serta *video call* dan isyarat nonverbal sebagai media utama pembentukan *social presence*.

Temuan pertama menunjukkan bahwa negosiasi komunikasi merupakan strategi utama yang digunakan pasangan untuk mempertahankan *sense of presence*. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa pasangan tidak menerapkan pola komunikasi yang bersifat tetap, tetapi terus melakukan penyesuaian sesuai dengan perubahan situasi, kesibukan akademik maupun pekerjaan, perbedaan waktu, kondisi emosional, serta berbagai hambatan yang muncul selama menjalani hubungan jarak jauh. Negosiasi tersebut diwujudkan melalui kesepakatan mengenai waktu berkomunikasi, pemilihan media komunikasi yang paling sesuai dengan kondisi, pemberian penjelasan ketika tidak dapat memberikan respons secara langsung, serta kesediaan untuk saling memahami keterbatasan masing-masing. Proses negosiasi tersebut menunjukkan bahwa komunikasi dalam hubungan LDR merupakan proses yang dinamis dan terus berkembang mengikuti kebutuhan

pasangan. Melalui kemampuan untuk menyesuaikan cara berkomunikasi, pasangan mampu menjaga kesinambungan interaksi sehingga rasa hadir tetap dapat dipertahankan meskipun tidak selalu dapat berkomunikasi secara intensif setiap saat. Temuan ini menegaskan bahwa keberhasilan mempertahankan *sense of presence* tidak bergantung pada frekuensi komunikasi semata, tetapi pada kemampuan pasangan membangun kesepahaman dan beradaptasi terhadap perubahan situasi yang dihadapi bersama.

Temuan kedua menunjukkan bahwa responsivitas dan perhatian merupakan faktor utama yang membentuk rasa hadir dalam hubungan LDR. Penelitian ini menemukan bahwa pengalaman merasa dekat dengan pasangan tidak hanya muncul karena komunikasi dilakukan setiap hari, tetapi karena adanya kualitas interaksi yang menunjukkan perhatian, kepedulian, dan keterlibatan emosional. Respons yang diberikan terhadap pesan maupun panggilan, perhatian terhadap aktivitas dan kondisi pasangan, kesediaan untuk mendengarkan, memberikan dukungan emosional, serta kebiasaan saling berbagi pengalaman sehari-hari menjadi bentuk komunikasi yang membangun persepsi bahwa pasangan tetap hadir dalam kehidupan masing-masing. Sebaliknya, keterlambatan memberikan respons tanpa adanya penjelasan atau berkurangnya perhatian dapat menimbulkan ketidakpastian, kecemasan, dan menurunkan persepsi kehadiran pasangan. Oleh karena itu, penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas komunikasi interpersonal memiliki peran yang lebih besar dibandingkan kuantitas komunikasi. Semakin responsif dan penuh perhatian komunikasi yang dibangun, semakin kuat pula pengalaman *sense of presence* yang dirasakan oleh pasangan.

Temuan ketiga menunjukkan bahwa penggunaan *video call* dan penyampaian isyarat nonverbal menjadi media utama dalam membentuk *social presence*. Dibandingkan dengan pesan teks maupun panggilan suara, *video call* memberikan pengalaman komunikasi yang paling mendekati interaksi tatap muka karena memungkinkan pasangan melihat ekspresi wajah, kontak mata, gerakan tubuh, serta mendengar intonasi suara secara bersamaan. Kehadiran unsur-unsur nonverbal tersebut membantu pasangan memahami emosi, perasaan, dan

kondisi satu sama lain secara lebih utuh sehingga memperkuat persepsi kehadiran sosial. Selain digunakan sebagai media untuk berkomunikasi, *video call* juga dimanfaatkan sebagai ruang untuk melakukan berbagai aktivitas bersama, seperti belajar, makan, menonton film, atau sekadar menemani pasangan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Aktivitas tersebut membentuk pengalaman kebersamaan yang membuat pasangan tetap merasa menjadi bagian dari kehidupan satu sama lain meskipun dipisahkan oleh jarak. Namun demikian, penelitian ini juga menunjukkan bahwa efektivitas *video call* tidak hanya ditentukan oleh kemampuan media dalam menghadirkan unsur visual dan audio, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas komunikasi, keterbukaan, serta keterlibatan emosional yang dibangun selama proses komunikasi berlangsung.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa *sense of presence* dalam hubungan *Long Distance Relationship* merupakan hasil dari interaksi antara strategi komunikasi yang adaptif, perhatian dan responsivitas yang konsisten, serta pemanfaatan media komunikasi yang mampu menghadirkan unsur-unsur *social presence*. Ketiga aspek tersebut saling melengkapi dalam menciptakan pengalaman kehadiran psikologis yang memungkinkan pasangan tetap merasakan kedekatan emosional meskipun tidak berada dalam ruang fisik yang sama. Penelitian ini juga menegaskan bahwa media komunikasi digital bukan merupakan faktor utama yang secara otomatis menciptakan *sense of presence*, melainkan berfungsi sebagai sarana yang memfasilitasi komunikasi interpersonal. Pengalaman kehadiran tetap dibentuk oleh komitmen pasangan untuk terus berkomunikasi secara terbuka, saling memberikan perhatian, mampu beradaptasi terhadap berbagai tantangan hubungan jarak jauh, serta memanfaatkan media komunikasi secara tepat sesuai dengan kebutuhan hubungan. Dengan demikian, keberhasilan mempertahankan *sense of presence* pada pasangan LDR tidak ditentukan oleh kecanggihan teknologi yang digunakan, tetapi oleh kualitas hubungan interpersonal yang dibangun melalui komunikasi yang bermakna, konsisten, dan berorientasi pada pemeliharaan kedekatan emosional.

4.2 Saran

4. 2.1 Saran Akademis

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian Ilmu Komunikasi, khususnya pada bidang komunikasi interpersonal yang dimediasi oleh teknologi digital. Penelitian mengenai *sense of presence* dalam hubungan jarak jauh atau *long distance relationship (LDR)* masih memiliki peluang yang sangat luas untuk dikembangkan dengan berbagai pendekatan teoritis maupun metodologis. Penelitian selanjutnya diharapkan tidak hanya menggunakan *Social Presence Theory*, tetapi juga dapat mengombinasikannya dengan teori lain, seperti *Media Richness Theory*, *Media Synchronicity Theory*, maupun *Relational Maintenance Theory*, sehingga mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika komunikasi pasangan LDR. Selain itu, penelitian berikutnya juga disarankan menggunakan jumlah informan yang lebih beragam, baik dari segi usia, latar belakang budaya, status pekerjaan, maupun durasi hubungan, sehingga hasil penelitian memiliki tingkat transferabilitas yang lebih tinggi. Dengan demikian, kajian mengenai komunikasi digital dalam hubungan romantis dapat terus berkembang dan memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap pengembangan ilmu komunikasi.

4.2.2 Saran Praktis

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keberhasilan hubungan jarak jauh atau *long distance relationship (LDR)* tidak hanya ditentukan oleh seberapa sering pasangan berkomunikasi, tetapi juga oleh kualitas komunikasi yang mampu menciptakan rasa kehadiran satu sama lain. Oleh karena itu, pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh disarankan untuk lebih memperhatikan kualitas interaksi dibandingkan hanya berfokus pada frekuensi komunikasi. Pasangan juga perlu memanfaatkan berbagai media komunikasi secara fleksibel sesuai dengan kebutuhan emosional dan situasi yang sedang dihadapi, misalnya menggunakan *video call* ketika membutuhkan kedekatan emosional yang lebih

kuat, serta memanfaatkan pesan teks atau *voice note* untuk menjaga kontinuitas komunikasi dalam aktivitas sehari-hari. Selain itu, keterbukaan dalam menyampaikan kondisi, jadwal, maupun perasaan masing-masing perlu terus dipelihara agar dapat meminimalkan kesalahpahaman yang berpotensi mengurangi *sense of presence*. Dengan menerapkan komunikasi yang adaptif, konsisten, dan penuh perhatian, pasangan LDR diharapkan mampu mempertahankan hubungan yang sehat, harmonis, serta memiliki kedekatan emosional meskipun terpisah oleh jarak geografis.

4.2.3 Saran Sosial

Secara sosial, penelitian ini memberikan pemahaman bahwa teknologi komunikasi memiliki peran yang semakin signifikan dalam membentuk dan mempertahankan hubungan interpersonal di era digital. Kehadiran berbagai platform komunikasi tidak hanya mempermudah interaksi, tetapi juga menciptakan ruang baru bagi individu untuk membangun kedekatan emosional tanpa batasan geografis. Namun demikian, pemanfaatan teknologi tersebut perlu diimbangi dengan kesadaran akan pentingnya kualitas komunikasi yang dilakukan. Masyarakat diharapkan tidak hanya menggunakan teknologi sebagai alat untuk bertukar informasi, tetapi juga sebagai sarana untuk memperkuat hubungan sosial yang bermakna. Oleh karena itu, literasi digital menjadi aspek penting yang perlu ditingkatkan dalam konteks ini.

Lebih lanjut, masyarakat juga perlu memahami bahwa teknologi bukanlah pengganti sepenuhnya dari interaksi tatap muka, melainkan sebagai pelengkap dalam menjaga hubungan sosial. Penggunaan teknologi secara bijak dapat membantu individu menghindari miskomunikasi serta meningkatkan efektivitas penyampaian pesan. Selain itu, kesadaran akan pentingnya etika dalam komunikasi digital juga perlu ditanamkan untuk menjaga kualitas interaksi sosial. Dalam konteks yang lebih luas, pemanfaatan teknologi secara tepat dapat berkontribusi pada terciptanya hubungan sosial yang lebih harmonis dan berkelanjutan. Dengan

demikian, teknologi komunikasi dapat menjadi sarana strategis dalam membangun kehidupan sosial yang lebih berkualitas.

Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan *Social Presence Theory* dengan menekankan dimensi subjektif dan emosional dalam komunikasi digital. Penelitian ini menunjukkan bahwa kehadiran sosial tidak hanya ditentukan oleh kemampuan media dalam menyampaikan isyarat sosial, tetapi juga oleh bagaimana individu menginterpretasikan dan memaknai interaksi. Hal ini memperluas konsep kehadiran sosial dari yang sebelumnya berorientasi pada media menjadi berorientasi pada pengalaman pengguna. Selain itu, penelitian ini menegaskan bahwa sense of presence merupakan hasil dari proses relasional yang dinamis. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam kajian komunikasi interpersonal berbasis teknologi.

