

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Pola komunikasi interpersonal pasangan Generasi Z dalam hubungan jarak jauh (*Long Distance Relationship*) menunjukkan mekanisme yang bersifat dinamis dan tidak berjalan secara linier, melainkan membentuk suatu siklus yang mencakup tahap *coming together*, keputusan menjalani LDR, *differentiating*, *circumscribing*, hingga perbaikan hubungan. Pola tersebut menunjukkan bahwa hubungan tidak selalu berakhir pada perpisahan, tetapi dapat kembali diperbaiki melalui upaya komunikasi yang efektif. Dalam konteks ini, kepercayaan tidak terbentuk secara otomatis, melainkan melalui proses yang dibangun dari keterbukaan, konsistensi komunikasi, serta intensitas interaksi yang berfungsi sebagai pengganti kehadiran fisik sehingga tetap mampu mempertahankan kedekatan emosional antar pasangan.

Kualitas komunikasi interpersonal seperti keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan menjadi faktor penting dalam menjaga stabilitas hubungan. Meskipun hubungan jarak jauh dihadapkan pada berbagai kendala, seperti keterbatasan komunikasi digital, perbedaan waktu, kesibukan, serta potensi kesalahpahaman seperti fenomena *dry texting* dan *overthinking*, pasangan Generasi Z menunjukkan kemampuan dalam mengelola konflik melalui komunikasi terbuka, pengendalian emosi, serta kesepakatan bersama. Salah satu bentuk kesepakatan tersebut terlihat dalam penetapan batasan hubungan untuk menghindari perilaku seperti *micro cheating*, yang berpotensi merusak kepercayaan meskipun sering dianggap sepele. Di samping itu, komitmen yang disertai pandangan masa depan turut berperan sebagai penguat hubungan, di mana adanya perencanaan jangka panjang memberikan arah dan motivasi bagi pasangan untuk mempertahankan hubungan. Selain itu, ditemukan juga adanya bentuk komunikasi transaksional seperti pemberian makanan sebagai upaya membujuk dan meredakan konflik, yang menunjukkan bahwa ekspresi perhatian dalam hubungan jarak jauh tidak hanya disampaikan

secara verbal tetapi juga melalui tindakan nyata. Dengan demikian, keberhasilan hubungan jarak jauh pada Generasi Z sangat dipengaruhi oleh kualitas komunikasi interpersonal yang dijalankan secara konsisten serta adaptif terhadap dinamika hubungan di era digital.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah peneliti jabarkan mengenai Komunikasi Interpersonal Pasangan Gen Z dalam Menjaga Kepercayaan Pada Komitmen Hubungan Jarak Jauh, terdapat saran sebagai berikut:

5.2.1 Bagi Gen Z dalam hubungan jarak jauh

Bagi pasangan Generasi Z yang menjalani hubungan jarak jauh, diharapkan untuk lebih mengoptimalkan kualitas komunikasi interpersonal, tidak hanya dari segi intensitas tetapi juga kedalaman interaksi. Keterbukaan, kejujuran, dan konsistensi dalam memberikan kabar perlu dipertahankan sebagai upaya membangun kepercayaan. Selain itu, pasangan juga diharapkan mampu mengembangkan sikap empati dan toleransi terhadap kesibukan masing-masing guna menghindari kesalahpahaman yang tidak perlu. Dalam menghadapi keterbatasan komunikasi digital, pasangan disarankan untuk tidak hanya mengandalkan pesan teks, tetapi juga memanfaatkan media komunikasi yang lebih kaya seperti panggilan suara atau *video call* agar makna pesan dapat tersampaikan secara lebih utuh dan meminimalisir potensi konflik.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan memperluas subjek dan konteks penelitian, seperti membandingkan hubungan jarak jauh pada generasi yang berbeda atau mengkaji pengaruh faktor lain seperti budaya, durasi hubungan, serta penggunaan platform digital tertentu terhadap kualitas komunikasi interpersonal. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan pendekatan metode yang berbeda, seperti kuantitatif atau *mixed methods*, untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif. Dengan demikian, penelitian mengenai komunikasi interpersonal dalam hubungan jarak

jauh dapat terus berkembang dan memberikan kontribusi yang lebih luas dalam kajian ilmu komunikasi, khususnya dalam memahami dinamika relasi di era digital.

