

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa dewasa awal merupakan periode yang ditandai dengan eksplorasi identitas, pencarian makna, komitmen dalam hubungan, serta adaptasi terhadap perubahan nilai-nilai dan pola hidup yang kerap diwarnai oleh ketegangan emosional, isolasi sosial, dan kreativitas. Erikson (1950) menjelaskan bahwa individu dewasa muda (yang termasuk dalam tahap dewasa awal) mengalami proses “*intimacy vs isolation*” yang ditunjukkan dengan adanya keinginan untuk membangun sebuah komitmen romantis seperti melalui berpacaran. Pada usia dewasa awal merupakan tahapan untuk memiliki hubungan yang hangat dengan pasangan maupun dengan orang terdekat. Fase dewasa awal merupakan salah satu tahap yang dijalani individu dengan usia 18 – 40 tahun (Hurlock, 1980).

Tahap perkembangan ini ditandai dengan adanya keinginan untuk menjalin hubungan secara intim atau romantis dengan orang yang cocok dengan dirinya. Menurut Santrock (2002), menjalin hubungan intim dengan lawan jenis merupakan salah satu tugas perkembangan yang penting pada masa dewasa awal. Sejalan dengan pendapat tersebut, Papalia dan Feldman (2014) menjelaskan bahwa individu pada tahap dewasa awal umumnya mulai membangun hubungan yang lebih dekat dan hangat, termasuk melalui hubungan berpacaran. Melalui proses tersebut, individu berupaya mengenal pasangan secara lebih mendalam, memahami kelebihan dan kekurangannya, serta menilai kecocokan sebagai dasar untuk membangun hubungan yang lebih serius.

Hubungan berpacaran dapat dilakukan melalui dua cara yaitu hubungan berpacaran jarak dekat atau *geographically close relationships* dan hubungan berpacaran jarak jauh atau *long distance relationship* (Pistole & Roberts, 2011). Pada kenyataannya tidak sedikit dari mereka yang terlibat dalam hubungan jarak jauh (*long-distance relationship/LDR*) akibat tuntutan studi, karir, atau perpindahan geografis. *Long-distance relationship* atau LDR merupakan hubungan yang terpisah jarak secara geografis (Holtzman et al., 2021). Survei yang

dilakukan oleh tirtto.id mengenai hubungan romantis jarak jauh pada individu usia 15 – 40 tahun menunjukkan bahwa sebanyak 63,4% dari 183 responden merupakan individu yang sedang menjalani hubungan romantis jarak jauh. Sementara itu, 71,6% dari persentase sebelumnya merupakan pasangan jarak jauh yang berpacaran (Wibisono, 2016).

Konteks LDR membawa sejumlah tantangan psikososial yang unik, seperti terbatasnya kontak fisik, intensitas komunikasi yang tidak selalu optimal, serta munculnya kecemasan relasional terkait keberlangsungan ikatan romantis tersebut, risiko kesalahpahaman, serta potensi kesepian yang lebih tinggi. Pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh sering kali menghadapi berbagai tantangan dalam mengelola keterbatasan jarak dan waktu, yang dapat meningkatkan risiko berakhirnya hubungan (Dargie et al., 2015). Perbandingan hubungan yang tidak dipisahkan oleh jarak, hubungan jarak jauh menuntut upaya yang lebih besar dari kedua pasangan untuk mempertahankan kualitas hubungan, salah satunya dengan saling memberikan kesempatan untuk berkembang sebagai individu maupun sebagai pasangan (Rohmawati dan Chozanah, 2021). Survei oleh Kompas pada tahun 2020 menunjukkan informasi bahwa hasil survei yaitu sebanyak 8,9% dari 574 responden mahasiswa menyebutkan bahwa kandasnya hubungan berpacaran mereka disebabkan oleh hubungan jarak jauh (Nugraheni, 2022). Di Indonesia, masalah pada pasangan jarak jauh berasal dari ketidakhadiran pasangan ketika dibutuhkan, kesalahpahaman, dan kekhawatiran akan diselingkuhi oleh pasangannya (Nisa & Sedjo, 2010).

Selain keterbatasan fisik, hubungan jarak jauh juga dihadapkan pada perbedaan waktu dan aktivitas harian yang dapat memengaruhi intensitas dan efektivitas komunikasi pasangan. (Carolyn et al., 2024) menemukan bahwa perbedaan waktu sering kali menyulitkan pasangan untuk berkomunikasi secara baik, terutama ketika masing-masing individu memiliki tuntutan akademik atau pekerjaan yang berbeda. Alisasmito (2022) menemukan bahwa jarak, kepercayaan, kesepian, dan perbedaan waktu memicu miskomunikasi dalam LDR. Dalam situasi ini, komunikasi tidak hanya bergantung pada ketersediaan waktu, tetapi juga pada kemampuan pasangan untuk menyepakati jadwal komunikasi yang konsisten.

Interaksi antara pasangan jarak jauh yang bebas dari gangguan dalam berkomunikasi dan bebas dari konflik akan menghasilkan hubungan yang memuaskan (Emmers-Sommer, 2004). Ketidakseimbangan dalam komunikasi akibat perbedaan waktu berpotensi menimbulkan kesalahpahaman dan menurunkan kepuasan hubungan apabila tidak dikelola secara adaptif.

Kepuasan hubungan (*relationship satisfaction*) menjadi indikator utama yang menentukan kualitas dan keberhasilan hubungan romantis. Kepuasan hubungan mencerminkan evaluasi subjektif individu terhadap sejauh mana kebutuhan emosional, komunikasi, afektif, dan sosialnya terpenuhi dalam hubungan (Funk & Rogge, 2007). Kepuasan hubungan tidak hanya berfungsi sebagai penanda keberlangsungan hubungan, tetapi juga mencerminkan sejauh mana hubungan tersebut mampu memberikan rasa aman, kedekatan, dan dukungan psikologis bagi individu (Hendrick et al., 1998). Individu dengan tingkat kepuasan hubungan yang tinggi cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, tingkat stres yang lebih rendah, dan komitmen yang lebih kuat terhadap pasangan (Orsley & Simanjuntak, 2023).

Pada kenyataannya, Berbagai penelitian menunjukkan bahwa hubungan jarak jauh (*long-distance relationship* atau LDR) dapat memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis individu. Purba dan Siregar (2006) menjelaskan bahwa pasangan yang menjalani LDR lebih rentan mengalami konflik, yang pada akhirnya dapat memicu stres, baik secara biologis maupun psikologis. Stres biologis ditandai dengan munculnya respons fisik akibat menjalani hubungan jarak jauh, seperti perubahan pola tidur, gangguan nafsu makan, serta penurunan fungsi sistem imun (Diamond et al., 2008). Temuan Du Bois et al., (2016) mendukung hal tersebut dengan melaporkan bahwa 63% pasangan LDR mengalami gangguan pola makan, 58% mengalami insomnia, dan 47% mengeluhkan gangguan fisik, seperti sakit kepala. Di sisi lain, stres psikologis berkaitan dengan dampak pada kondisi mental dan emosional, yang ditandai oleh meningkatnya kecemasan, perasaan kesepian yang mendalam, perubahan suasana hati, menurunnya motivasi, serta kesulitan berkonsentrasi (Maguire & Kinney, 2010).

Pasangan yang menjalin hubungan LDR juga bisa mengalami masalah komunikasi yang kurang intens dan merasa tidak terhubung. Salah satunya adalah ketidaksesuaian pola komunikasi, seperti kebiasaan saling menyalahkan, menghindari penyelesaian konflik, atau merendahkan pasangan, yang dapat memicu ketegangan dan mengurangi keharmonisan hubungan (Guerrero et al., 2017). Selain itu, faktor emosional, seperti perasaan kesepian dan kecemburuan, juga menjadi tantangan yang sering dihadapi oleh pasangan LDR (Dargie et al., 2015). Ketidakjelasan komitmen antar pasangan (Maguire & Kinney, 2010), serta faktor eksternal, seperti tekanan sosial dan tuntutan pendidikan, turut memengaruhi stabilitas hubungan (Stafford, 2015).

Adanya berbagai keterbatasan dan tantangan tersebut, hubungan LDR menuntut koneksi emosional yang lebih tinggi dibandingkan hubungan romantis pada umumnya. Anggreswari dan Zulkha (2025) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berbasis visual berperan penting dalam membantu pasangan LDR mempertahankan keterhubungan emosional, karena pasangan dapat saling memantau kehidupan sehari-hari dan mengekspresikan afeksi secara simbolik melalui konten visual dan interaksi daring dalam konteks *long distance relationship* (LDR). Penelitian Holtzman et al. (2021) menunjukkan bahwa pada pasangan LDR, kedekatan emosional sangat dipengaruhi oleh persepsi responsivitas pasangan dalam komunikasi digital, seperti kecepatan respon, perhatian, dan keterlibatan emosional dalam interaksi daring. Keterbatasan kehadiran fisik membuat pasangan LDR semakin bergantung pada media sosial untuk membangun rasa dekat, aman, dan dipahami. Hapsari dan Muhammad (2024) menunjukkan bahwa media sosial menjadi medium penting bagi individu dewasa awal untuk menampilkan hubungan romantis melalui unggahan foto, video, maupun interaksi publik dengan pasangan.

Hal tersebut menandai terjadinya pergeseran nilai dalam komunikasi interpersonal, dari yang sebelumnya bersifat langsung dan fisik menjadi semakin bergantung pada media digital, termasuk dalam ranah romantis. Holtzman et al., (2021) menunjukkan bahwa pasangan LDR sangat bergantung pada komunikasi berbasis teknologi untuk mempertahankan intimasi dan keterhubungan emosional. Pergeseran ini tidak hanya mengubah frekuensi interaksi, tetapi juga menciptakan

norma-norma baru dalam mengekspresikan dan memvalidasi suatu hubungan. Karena kemudahan akses dan penggunaannya, media sosial dimanfaatkan sebagai sarana untuk membangun hubungan baru serta memperkuat hubungan yang telah ada melalui ekspresi afeksi yang tercermin dalam konten yang diunggah dan berbagai bentuk interaksi, seperti memberikan tanda suka, komentar, dan mengirim pesan langsung (Marcotte et al., 2021). Hal ini disebabkan karena ketika seseorang berada dalam hubungan romantis, akan muncul dorongan untuk mengekspresikan afeksi kepada pasangannya (Duwisaputri, 2019). Selain itu, seiring dengan perkembangan zaman, media sosial telah digunakan oleh banyak orang dari berbagai lapisan masyarakat dan rentang usia (Supratman, 2018).

Di antara berbagai platform, instagram telah muncul sebagai sebuah lingkungan sosial visual yang dominan, yang tidak hanya berfungsi sebagai alat berbagi momen, dengan fitur-fitur visualnya yang intuitif, seperti *feed*, *story*, dan *reels*. Fitur-fitur seperti unggahan foto, video, *stories*, dan interaksi simbolik memungkinkan individu mengekspresikan kedekatan emosional dan status hubungan secara terbuka, bahkan menjadikan Instagram sebagai medium utama untuk mengumumkan hubungan secara “resmi” di ruang virtual (Sheldon & Bryant, 2016). Melalui foto bersama, interaksi publik, dan representasi kedekatan, Instagram membantu pasangan merasa lebih terhubung, meningkatkan rasa aman, serta memperkuat persepsi kedekatan hubungan. Bello et al., (2025) menyatakan bahwa unggahan hubungan romantis di media sosial memiliki keterkaitan dengan sikap, perilaku, dan ekspektasi individu terhadap hubungan.

Indonesia memiliki jumlah populasi sekitar 180 juta identitas pengguna media sosial pada Oktober 2025, yang setara dengan 62,9 persen dari total populasi. (Kemp, 2026). Data terbaru menunjukkan bahwa jumlah pengguna Instagram di Indonesia mencapai sekitar 108 juta orang pada akhir tahun 2025. Mayoritas pengguna berada pada rentang usia 18–34 tahun, dengan distribusi terbesar pada kelompok usia 18–24 tahun (32,2%) dan 25–34 tahun (31,4%). Selain itu, dari pengguna dewasa (18 tahun ke atas), sekitar 52,8% adalah perempuan, sementara 47,2% adalah laki-laki (Kemp, 2025). Instagram lebih diminati oleh kelompok usia 18–29 tahun karena sifatnya yang visual, interaktif, dan dianggap lebih menghibur

serta relevan dibandingkan platform lain (Alhabash & Ma, 2017) Angka tersebut menempatkan Instagram sebagai platform media sosial kedua yang paling banyak digunakan di Indonesia, setelah WhatsApp, yang mempertegas relevansinya sebagai ruang utama bagi ekspresi diri dan hubungan sosial (Meltwater, 2024)

Melalui unggahan foto bersama pasangan, dengan penggunaan *caption* yang mengekspresikan kasih sayang, maupun *story* yang memperlihatkan interaksi sehari-hari, individu dapat menampilkan jati diri sekaligus merepresentasikan keberadaan relasi romantis mereka di ruang publik digital. Fejes-Vékássy et al., (2022) menunjukkan bahwa status romantis seseorang memengaruhi intensitas penggunaan instagram untuk memperlihatkan kedekatan dan keterikatan mereka yang sudah berada dalam hubungan berkomitmen lebih banyak memposting konten bersama pasangan sebagai representasi komitmen dan stabilitas relasi Instagram bukan sekadar tempat memamerkan hubungan, Dunia *online* dan *offline* bukanlah dua hal yang terpisah, tetapi saling memengaruhi secara kompleks dalam hubungan romantis modern (Goldberg et al., 2022).

Melalui fitur-fitur seperti *direct message*, *Insta-story*, unggahan foto, dan *video call*, Instagram memungkinkan pasangan LDR untuk berbagi aktivitas sehari-hari, mengekspresikan perhatian, serta menciptakan rasa kehadiran secara virtual meskipun terpisah oleh jarak. Bello et al. (2025) menunjukkan bahwa unggahan romantis di instagram dapat berfungsi sebagai sarana dukungan emosional dan komunikasi yang efektif antara pasangan. Keterpisahan geografis dan keterbatasan interaksi tatap muka menjadikan instagram sebagai salah satu media utama untuk menjaga kedekatan emosional antar pasangan. Anggreswari dan Zulkha (2025) mengungkapkan bahwa instagram digunakan oleh pasangan *long-distance relationship* untuk berbagi momen visual dan memperkuat rasa keterhubungan meskipun terpisah secara geografis. Zhafira et al., (2021) menemukan bahwa instagram juga membantu pasangan mengurangi ketidakpastian dalam hubungan serta mengekspresikan perasaan mereka melalui konten visual yang berperan dalam menjaga hubungan.

William et al., (2006) mendefinisikan hubungan romantis sebagai proses mengenali pasangan secara lebih intim sehingga memungkinkan pasangan untuk

menjalin hubungan jangka Panjang. Attridge et al., (1998), *romantic relationship* dipahami sebagai hubungan interpersonal yang bersifat dekat, eksklusif, dan melibatkan keterikatan emosional yang kuat, di mana individu merasakan ketergantungan psikologis terhadap pasangannya untuk pemenuhan kebutuhan emosional, afeksi, dan kesejahteraan subjektif. Dalam konteks hubungan jarak jauh, koneksi emosional tidak terbentuk secara spontan melalui kehadiran fisik, melainkan dibangun secara sadar melalui interaksi komunikasi yang intens, konsisten, dan bermakna, *romantic relationship* tidak hanya berperan sebagai indikator kepuasan hubungan jarak jauh, tetapi juga berfungsi sebagai faktor protektif bagi kesejahteraan psikologis individu yang terlibat di dalamnya. Hubungan romantis dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu individu melewati tantangan dalam hubungan, termasuk jarak, konflik, maupun perbedaan nilai (Angela & Hadiwirawan, 2022).

Berkaitan dengan permasalahan sebagaimana telah diuraikan di atas, pada tanggal 8 April 2026 peneliti melakukan pra-penelitian dan mendapati tanggapan berupa pendapat khalayak umum terhadap fenomena menampilkan hubungan romantis di instagram, yakni sebagai berikut:

Tabel 1.1 Tanggapan terhadap fenomena menampilkan hubungan romantis di instagram

No	Subjek	Respon	Alasan
1.	FD	Tidak	Soalnya ada banyak, biar ga saling tahu.
2.	FA	Ya	Tanda bangga aja kalo punya pasangan kayak dia.
3.	RA	Tidak	Ga boleh pamer kak.
4.	RR	Ya	Biar tahu kalo udah punya pasangan.
5.	TQ	Ya	Biar orang-orang ga gatel ke kita dan ke pasangan kita, tapi ya ga di post setiap hari.
6.	AN	Ya	Pasangan kan banyak jenjangnya ya, kalo udah komitmen, tunangan, nikah gitu yaa haruslah, itu bentuk memberikan rasa hadir penuh dan aman ke pasangan karena dengan post berarti menandakan kamu uda terikat janji hidup sama seseorang, itu dasar buat saling menghargai kehadiran satu sama lain.
7.	DR	Ya	Sebenarnya ga wajib tapi kalua foto kita di post pasangan tanpa mint aitu rasanya happy.
8.	RK	Ya	Karena sebuah bentuk penghargaan dan penghormatan.
9.	SA	Ya	Sebenarnya ga harus post tiap hari atau waktu cukup sekali juga udah oke, cuman nginfo aja kalo dah ada pacar.
10.	EP	Ya	Karna gapapa sih pengen dipost aja, tapi ga sering-sering juga
11.	HR	Ya	Yaaaaaa pentingggggg lahhhhh
12.	RE	Tidak	Soale ga diakui
13.	SA	Ya	Biar orang tahu kalo punya pacar jadi ga ada yang gatel

No	Subjek	Respon	Alasan
14	AY	Ya	Ga perlu sebenarnya, tapi kadang kala kita juga butuh pengakuan dari pasangan.
15.	MS	Ya	Penting buat nambah kepercayaan pasangan karena udah berani ngasih tahu public.
16.	RF	Tidak	Haram
17.	HM	Tidak	Kalau sudah halal baru penting sir!! (No kholwat till akad)
18.	YP	Tidak	Aku introvert
19.	RP	Ya	Pentingggg, karena itu salah satu bentuk kita bisa ngerasa dimiliki dan dihargai sebagai pasangan.
20.	SK	Ya	Mau dipamerin aja
21.	FD	Ya	Sesekali harus pernah, biar tau kalo berpawang, dan ada merasa diakui sedikit dibanggakan.
22.	SA	Ya	Boleh ngepost namun itu bukan sebuah keharusan, cukup hanya buat nunjukin kalo udah punya aja sih.
23.	RU	Ya	Set boundary biar ga ada yang deket-deket
24.	HL	Ya	Biar orang tuh tau “oh dia dah ada pasangan” sederhana tapi itu berarti banget!!
25.	NI	Ya	Penting kalau udah resmi (nikah/tunangan) untuk menghindari salah paham
26.	IA	Tidak	Backstreet kak
27.	DA	Tidak	Gen Z suka yang secret
28.	WK	Tidak	Mukanya bisa dijadikan akses kejahatan untuk menipu orang lewat editan AI.

Berdasarkan pengamatan peneliti melalui tabel di atas, ditemukan bahwa 19 dari 28 individu memilih “iya” dalam menampilkan hubungan romantisnya di instagram. Rata-rata alasan dari mereka adalah untuk merasa diakui, dihargai, senang dan orang-orang tahu bahwa kita atau pasangan sudah mempunyai hubungan, agar orang lain tidak ada yang mendekati pasangan, genit. Namun, di sisi lain peneliti mendapati 9 dari 28 individu mengaku merasa “tidak” perlu menampilkan hubungan di Instagram karena alasan keamanan, kepercayaan, dan alasan individu yang memilih merahasiakan.

Fenomena menampilkan hubungan romantis di instagram kini berkembang menjadi tolok ukur baru bagi sebagian individu dalam menilai kualitas hubungan, khususnya dalam hal perasaan dihargai, diakui, dan kedekatan emosional dengan pasangan. Hapsari dan Muhammad (2024) memperkuat pemahaman bahwa praktik *romantic relationship* di media sosial tidak dapat dilepaskan dari karakteristik platform yang digunakan, khususnya Instagram sebagai media berbasis visual. Instagram memungkinkan individu menampilkan afeksi romantis secara publik melalui foto pasangan, *Insta-story*, caption emosional, serta interaksi simbolik seperti tag dan komentar, yang berfungsi sebagai *tie signs* digital dalam hubungan

romantis. Goldberg et al., (2022) menemukan bahwa pasangan dapat saling menandai (*tag*) satu sama lain sebagai bentuk *electronic tie-sign* atau tanda hubungan digital, keterlibatan terhadap konten pasangan melalui pemberian tanda suka dan komentar dapat menunjukkan bahwa pasangan tersebut menyetujui serta mengkonfirmasi aktivitas dan tampilan identitas tertentu yang ditampilkan di media sosial. Tidak semua individu memandang menampilkan hubungan di media sosial sebagai kebutuhan esensial, karena sebagian pasangan lebih menekankan pada kualitas interaksi langsung dan keintiman yang bersifat privat. Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa makna dan pengaruh penampilan hubungan romantis di Instagram bersifat subjektif, bergantung pada nilai, preferensi, serta dinamika masing-masing individu dalam memaknai hubungan yang dijalani.

Dinamika hubungan romantis berkembang seiring waktu, di mana intimasi meningkat secara bertahap, sementara strategi komunikasi cenderung lebih intens pada fase awal hubungan sebelum kembali stabil (Reese-Weber, 2015). Hubungan yang masih berada pada fase awal umumnya ditandai oleh idealisasi pasangan dan belum sepenuhnya mencerminkan dinamika relasi yang stabil, termasuk dalam konteks hubungan jarak jauh yang dimediasi Instagram. Durasi hubungan romantis berkorelasi positif dengan kualitas hubungan dan keamanan kelekatan. Pasangan yang berhubungan ≥ 6 bulan menunjukkan fase stabil, ditandai dengan keseimbangan antara keintiman, komitmen, dan kepuasan (Freeman et al. 2023).

Penelitian sebelumnya, Yadav dan Choudhary, (2019) menunjukkan bahwa kualitas hubungan romantis memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hubungan. Individu yang merasakan keintiman emosional, komunikasi yang efektif, dan dukungan dari pasangan memiliki tingkat kepuasan hubungan yang lebih tinggi. Riza et al., (2012) menjelaskan bahwa kepuasan hubungan tidak muncul secara terpisah, melainkan merupakan hasil dari dinamika psikologis yang berkembang dalam hubungan romantis, khususnya pola kelekatan yang dibawa individu ke dalam hubungan tersebut. Achmawati dan Fridari (2025) menegaskan bahwa dinamika inti dalam hubungan romantis seperti intimasi, komitmen, gaya kelekatan, dan pengelolaan konflik berhubungan signifikan dengan tingkat kepuasan hubungan. Olivia dan Cahyanti (2023) menunjukkan bahwa dinamika

dalam hubungan romantis berhubungan signifikan dengan kepuasan hubungan, di mana keterampilan relasional seperti asertivitas berkontribusi langsung terhadap tingkat kepuasan yang dirasakan individu, kepuasan hubungan merupakan refleksi dari hubungan romantis yang dijalani. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *romantic relationship* berhubungan dengan kepuasan hubungan, dengan faktor yang mempengaruhinya yaitu komunikasi, keintiman, komitmen dan gaya kelekatan yang ada dalam hubungan.

Namun demikian, sebagian besar penelitian tersebut masih membahas secara umum atau berfokus beberapa aspek yang ada, tanpa secara spesifik mengkaji bagaimana *romantic relationship* yang ditampilkan dan diekspresikan melalui Instagram sebagai platform visual dan publik, berpengaruh langsung terhadap kepuasan hubungan pasangan jarak jauh. Selain itu, belum ada penelitian yang secara langsung mengaitkan *romantic relationship* di Instagram dengan kepuasan hubungan pada kelompok dewasa awal yang menjalani hubungan jarak jauh masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks budaya Indonesia. Padahal, dewasa awal merupakan fase perkembangan yang ditandai oleh intensitas eksplorasi hubungan romantis dan penggunaan media sosial yang tinggi. Mayoritas pengguna berada pada rentang usia 18–34 tahun, dengan distribusi terbesar pada kelompok usia 18–24 tahun (32,2%) dan 25–34 tahun (31,4%) (Kemp, 2025). Kurangnya penelitian yang mengintegrasikan ketiga aspek *romantic relationship* di Instagram, hubungan jarak jauh, dan kepuasan hubungan menunjukkan adanya celah penelitian yang perlu diisi.

Atas dasar kondisi tersebut, penelitian ini menjadi relevan dan layak untuk dikaji lebih lanjut. Kajian tentang pengaruh *romantic relationship* di Instagram terhadap kepuasan hubungan pada dewasa awal yang menjalin hubungan jarak jauh diharapkan dapat memberikan temuan empiris yang bermanfaat bagi pengembangan kajian teoritis perihal dinamika sosial hubungan dalam konteks media digital. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk membuat sebuah penelitian dengan judul “Pengaruh *romantic relationship* di Instagram terhadap kepuasan hubungan pada dewasa awal yang menjalin hubungan jarak jauh”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini “Apakah terdapat pengaruh *romantic relationship* di instagram terhadap kepuasan hubungan pada dewasa awal yang menjalin hubungan jarak jauh?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *romantic relationship* di instagram terhadap kepuasan hubungan pada dewasa awal yang menjalin hubungan jarak jauh.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin diteliti oleh peneliti, tentunya diharapkan penelitian ini mampu memberikan manfaat baik secara teori maupun praktis. Adapun manfaat yang diharapkan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi sosial dan komunikasi interpersonal dengan memperluas pemahaman mengenai hubungan antara *romantic relationship* di Instagram dan kepuasan hubungan pada dewasa awal yang menjalani hubungan jarak jauh. Penelitian ini memperkaya penerapan teori hubungan interpersonal, dalam konteks media sosial berbasis visual, dengan menunjukkan bagaimana praktik menampilkan hubungan romantis di Instagram dapat berperan sebagai pengalaman relasional yang memengaruhi evaluasi individu terhadap kepuasan hubungannya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi dewasa awal yang menjalani hubungan jarak jauh agar lebih bijak dan reflektif dalam menggunakan Instagram, khususnya dalam menampilkan hubungan romantis di ruang publik digital.

b. Bagi pengguna instagram

Hasil penelitian dapat memberi gambaran bahwa menampilkan hubungan di Instagram sebaiknya dilakukan secara sadar dan proporsional. Pengguna dapat lebih menghormati batasan pribadi pasangan lain, seperti menghindari komentar yang bersifat menghakimi atau terlalu mencampuri hubungan orang lain, lebih berhati-hati dalam memberikan komentar, sehingga interaksi di media sosial menjadi lebih sehat dan suportif.

c. Bagi praktisi psikologi

Penelitian dapat dimanfaatkan oleh praktisi psikologi, konselor hubungan, dan pendidik sebagai dasar dalam memberikan pendampingan atau psikoedukasi mengenai pengelolaan hubungan romantis di era digital, sehingga pasangan LDR dapat menjaga komunikasi, kedekatan emosional, dan kepuasan hubungan secara lebih sehat dan adaptif.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Menjadi acuan untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh *romantic relationship* terhadap kepuasan hubungan dewasa awal dengan menambahkan dan membedakan variabel atau subjek yang akan diteliti, seperti platform media sosial yang berbeda.