

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Pustaka

2.1.1 Review Penelitian Sejenis

Kajian literatur merupakan langkah penting dalam proses penelitian yang bertujuan untuk memahami perkembangan pengetahuan yang telah ada terkait topik yang diteliti. Melalui kajian ini, peneliti dapat mengidentifikasi teori, konsep, metode, serta temuan-temuan sebelumnya yang relevan, sehingga penelitian yang dilakukan tidak berdiri sendiri, melainkan berada dalam konteks ilmiah yang lebih luas. Salah satu aspek penting dalam kajian literatur adalah melakukan peninjauan terhadap penelitian-penelitian sejenis yang telah dilakukan sebelumnya. Dengan menelaah hasil-hasil penelitian terdahulu, peneliti dapat melihat celah penelitian, menghindari duplikasi, dan memperkuat dasar teori serta metodologi yang digunakan.

Berikut Adalah hasil penelitian terdahulu yang memiliki hubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti baik dalam konteks, metodologi, ataupun perspektif penelitian.

a. Peran Media Sosial dalam Hubungan Romantis Remaja

Penelitian yang dilakukan oleh (Taba et al., 2020) berjudul “What Adolescents Think of Relationship Portrayals on Social Media: A Qualitative Study” menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami bagaimana remaja

memaknai hubungan romantis melalui media sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial berperan dalam membentuk ekspektasi, standar hubungan, serta cara remaja menilai pasangan. Remaja cenderung menggunakan pengalaman yang mereka lihat di media sosial sebagai referensi dalam menjalani hubungan romantis.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah sama-sama membahas hubungan romantis remaja serta pengaruh lingkungan sosial dalam membentuk pemahaman hubungan. Selain persamaan, terdapat perbedaan yaitu penelitian tersebut berfokus pada representasi hubungan di media sosial, sedangkan penelitian ini mengkaji pemaknaan terhadap three months rule sebagai aturan waktu dalam memulai hubungan.

b. Self-Disclosure dalam Hubungan Digital Remaja

Penelitian yang dilakukan oleh (Sukardani et al., 2022) berjudul “Sexual Self-Disclosure: A Study on Communication Behaviors Among Users in Online Dating Applications” menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan komunikasi interpersonal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterbukaan diri (self-disclosure) menjadi strategi penting dalam membangun kedekatan dan kepercayaan dalam hubungan yang dimulai melalui media digital. Proses ini juga memengaruhi bagaimana individu menentukan kelanjutan

hubungan.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah sama-sama membahas komunikasi dalam hubungan romantis, khususnya keterbukaan diri sebagai bagian dari proses membangun kedekatan. Selain itu, terdapat perbedaan yaitu penelitian tersebut berfokus pada perilaku komunikasi dalam aplikasi kencan, sedangkan penelitian ini menitikberatkan pada pemaknaan aturan waktu dalam hubungan.

c. Pengalaman Hubungan Romantis Remaja (Pendekatan Kualitatif)

Penelitian yang dilakukan oleh (Setty & Dobson, 2024) berjudul “Young Love ‘Locked Down’: Adolescent and Young Adult Perspectives on Romantic Relationships” menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengeksplorasi pengalaman hubungan romantis pada remaja dan dewasa muda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan romantis dipengaruhi oleh pengalaman subjektif, ekspektasi personal, serta dinamika sosial yang berkembang. Individu memaknai hubungan secara berbeda berdasarkan pengalaman dan konteks sosial yang mereka alami.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif dan menekankan pengalaman subjektif dalam hubungan romantis. Selain itu, terdapat perbedaan yaitu

penelitian tersebut membahas hubungan secara umum, sedangkan penelitian ini secara spesifik mengkaji pemaknaan terhadap three months rule sebagai konstruksi sosial dalam hubungan.

Tabel 2.1 Review Penelitian Sejenis

Nama dan Judul Penelitian	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
(Taba et al., 2020) berjudul “What Adolescents Think of Relationship Portrayals on Social Media: A Qualitative Study”	Deksriptif Kuallitatif	Penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial berperan dalam membentuk cara remaja memahami hubungan romantis. Remaja cenderung menjadikan konten hubungan di media sosial sebagai acuan dalam menentukan standar hubungan, ekspektasi terhadap pasangan	Persamaan dengan penelitian ini terletak pada fokus terhadap hubungan romantis remaja serta pengaruh lingkungan sosial dalam membentuk pemahaman individu terhadap hubungan.	Perbedaannya adalah penelitian tersebut berfokus pada peran media sosial dalam membentuk persepsi hubungan, sedangkan penelitian ini mengkaji bagaimana aturan waktu (three months rule) dimaknai sebagai pedoman dalam memulai hubungan romantis.

<p>(Sukardani et al., 2022) berjudul “Sexual Self-Disclosure: A Study on Communication Behaviors Among Users in Online Dating Applications”</p>	<p>Deskriptif Kualitatif</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa <i>self-disclosure</i> menjadi faktor penting dalam membangun kedekatan emosional dan kepercayaan dalam hubungan, khususnya dalam konteks hubungan yang dimulai melalui media digital. Keterbukaan diri memengaruhi keberlanjutan hubungan serta kualitas teraksi</p>	<p>persamaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah sama-sama membahas komunikasi interpersonal dalam hubungan romantis, khususnya bagaimana individu membangun kedekatan dengan pasangan.</p>	<p>Perbedaannya terletak pada fokus penelitian, di mana penelitian tersebut menitikberatkan pada perilaku komunikasi (self-disclosure), sedangkan penelitian ini berfokus pada pemaknaan aturan waktu dalam hubungan sebagai bentuk strategi sosial.</p>
---	------------------------------	---	--	--

<p>Penelitian yang dilakukan oleh (Setty & Dobson, 2024) berjudul “Young Love ‘Locked Down’: Adolescent and Young Adult Perspectives on Romantic Relationships</p>	<p>Deskriptif Kualitatif</p>	<p>Penelitian ini menemukan bahwa hubungan romantis pada remaja dan dewasa muda dipengaruhi oleh pengalaman subjektif, ekspektasi personal, serta konteks sosial yang melingkupinya. Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam memaknai hubungan berdasarkan pengalaman hidup yang dimiliki.</p>	<p>Persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif dan menekankan pentingnya pengalaman subjektif individu dalam memahami hubungan romantis.</p>	<p>Perbedaannya adalah penelitian tersebut membahas pengalaman hubungan romantis secara umum, sedangkan penelitian ini secara spesifik mengkaji pemaknaan terhadap three months rule sebagai konstruksi makna dalam hubungan romantis.</p>
--	------------------------------	---	---	--

2.1.2 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual dalam penelitian ini disusun sebagai landasan berpikir untuk membedah fenomena secara mendalam dan komprehensif. Secara skematis, alur konseptual penelitian ini dapat digambarkan sebagai sebuah siklus interaksi yang saling mempengaruhi. Oleh karena itu, kerangka konseptual akan menjadi peta intelektual yang menjelaskan bahwa hubungan antara berbagai elemen dalam studi, memastikan bahwa penelitian selaras dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Judul penelitian yang diambil oleh peneliti adalah **Studi Fenomenologi Remaja Penganut *Three Months Rule* Dalam Memulai Hubungan Mahasiswi Universitas Pasundan**. Adapun kerangka konseptual yang akan dibahas oleh peneliti serta menguatkan penelitian yaitu sebagai berikut:

2.1.2.1 Komunikasi

Komunikasi merupakan proses penyampaian pesan dari satu individu kepada individu lain dengan tujuan untuk menciptakan kesamaan makna. Proses ini melibatkan pengirim pesan (komunikator), pesan itu sendiri, media atau saluran yang digunakan, serta penerima pesan (komunikan). Dalam prosesnya, komunikasi tidak hanya sebatas penyampaian informasi, tetapi juga mencakup proses interpretasi sehingga tercapai pemahaman bersama.

Komunikasi juga dapat dipahami sebagai proses interaksi yang dipengaruhi oleh konteks, budaya, serta pengalaman pribadi (West dan Turner, 2021). Menekankan bahwa komunikasi berlangsung dalam situasi sosial tertentu yang membentuk cara pesan disampaikan dan ditafsirkan. Faktor-faktor seperti latar belakang budaya, nilai, serta pengalaman masa lalu turut memengaruhi bagaimana seseorang

memberi makna terhadap pesan yang diterima. Oleh karena itu, komunikasi tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial yang melingkupinya.

Secara konseptual, komunikasi dipahami sebagai interaksi simbolik yang memungkinkan individu membangun realitas sosial melalui pertukaran makna. Bahasa, gestur, ekspresi, serta simbol-simbol lain menjadi sarana yang digunakan untuk menyampaikan pikiran, perasaan, maupun maksud tertentu. Oleh karena itu, komunikasi memiliki peran penting dalam membentuk hubungan sosial, termasuk dalam konteks hubungan romantis.

Dalam perspektif komunikasi interpersonal, interaksi antarindividu berlangsung secara langsung dan melibatkan keterlibatan emosional. Komunikasi jenis ini memungkinkan terjadinya proses saling memahami, membangun kepercayaan, serta menciptakan kedekatan. Dalam hubungan romantis, komunikasi menjadi fondasi utama yang menentukan keberlangsungan relasi, karena melalui komunikasi individu dapat mengekspresikan harapan, batasan, maupun komitmen terhadap pasangan.

2.1.2.2 Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal dipahami sebagai hubungan yang terjalin antara dua individu atau lebih melalui proses interaksi yang berkelanjutan (Alzura & Febriani, 2023; Zalza Nabilla Putri Mulyadi et al., 2024). Para ahli komunikasi dan psikologi sosial menjelaskan bahwa hubungan interpersonal tidak hanya melibatkan pertukaran pesan, tetapi juga pembentukan makna bersama di antara individu yang terlibat. Hubungan ini berkembang seiring dengan intensitas komunikasi dan kedekatan emosional yang terbangun. Dengan demikian, hubungan interpersonal

menjadi bagian penting dalam kehidupan sosial manusia karena berkaitan langsung dengan kebutuhan akan keterhubungan dan pengakuan sosial.

Berdasarkan pengertian tersebut, hubungan interpersonal memiliki beberapa ciri utama yang membedakannya dari interaksi sosial yang bersifat sementara. Hubungan ini ditandai oleh adanya interaksi yang berlangsung secara berulang, komunikasi dua arah, serta tingkat keterbukaan tertentu antara individu. Selain itu, keterlibatan emosional menjadi elemen penting yang memperkuat ikatan dalam hubungan interpersonal. Semakin dalam keterlibatan emosional yang terbangun, semakin kuat pula hubungan yang terjalin di antara individu.

Hubungan interpersonal tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui tahapan-tahapan tertentu. Tahap awal biasanya diawali dengan pengenalan, di mana individu mulai mengenal satu sama lain secara umum. Selanjutnya, hubungan memasuki tahap penjabakan yang ditandai dengan peningkatan intensitas komunikasi dan pertukaran informasi pribadi. Seiring berjalannya waktu, hubungan dapat berkembang ke tahap pendalaman, hingga pada akhirnya terbentuk komitmen yang mencerminkan kesepakatan dan kelekatan yang lebih stabil.

Tahapan-tahapan tersebut juga dapat ditemukan dalam hubungan interpersonal yang dijalani oleh remaja. Pada masa remaja, hubungan interpersonal sering diawali melalui pertemanan yang berkembang dari lingkungan sekolah atau pergaulan sehari-hari (Pranyoto & Leba, 2024)). Seiring dengan bertambahnya kedekatan, hubungan pertemanan tersebut dapat bergeser ke arah hubungan romantis awal.

Dalam konteks ini, remaja mulai belajar memahami perasaan diri sendiri dan orang lain melalui pengalaman berhubungan.

Dalam keseluruhan proses tersebut, komunikasi memegang peranan yang sangat penting dalam membangun dan menjaga hubungan interpersonal. Komunikasi yang dilandasi kejujuran membantu menciptakan rasa aman dalam hubungan, sementara empati memperkuat pemahaman terhadap perasaan pihak lain. Selain itu, kepercayaan menjadi fondasi utama yang menentukan keberlangsungan hubungan interpersonal. Tanpa adanya komunikasi yang sehat, hubungan interpersonal cenderung mengalami hambatan dalam proses perkembangannya.

2.1.2.3 Remaja dan Perkembangan Psikososial

Remaja merupakan fase perkembangan manusia yang berada di antara masa kanak-kanak dan dewasa (Lubis & Sitorus, 2023). Para ahli psikologi dan sosiologi umumnya mendefinisikan remaja sebagai individu yang berada pada rentang usia sekitar 12 hingga 21 tahun (Hariyadi, 2024), meskipun batas usia ini dapat berbeda tergantung konteks sosial dan budaya. Pada fase ini, individu tidak lagi sepenuhnya bergantung seperti anak-anak, namun juga belum memiliki kematangan penuh sebagaimana orang dewasa. Oleh karena itu, masa remaja sering dipahami sebagai periode transisi yang sarat dengan perubahan dan pencarian jati diri. Posisi transisional ini menjadikan remaja berada pada kondisi yang dinamis dan rentan terhadap pengaruh lingkungan (Yolanda et al., 2024).

Seiring dengan posisinya sebagai masa peralihan, remaja mengalami berbagai perubahan yang berlangsung secara bersamaan. Perubahan biologis ditandai

dengan pertumbuhan fisik dan kematangan organ reproduksi, yang sering kali diikuti oleh perubahan emosi yang cukup intens. Di sisi lain, remaja juga mengalami perkembangan sosial, seperti perluasan lingkup pergaulan dan meningkatnya kebutuhan untuk diterima oleh lingkungan sekitarnya. Ketiga aspek tersebut saling berkaitan dan memengaruhi satu sama lain dalam kehidupan sehari-hari remaja. Kondisi ini menjadikan masa remaja sebagai fase yang kompleks dan penuh dinamika (Munthe et al., 2024).

Perubahan yang terjadi pada remaja tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga berkaitan erat dengan perkembangan psikososial. Erikson menjelaskan bahwa remaja berada pada tahap pencarian identitas versus kebingungan peran, di mana individu berusaha memahami siapa dirinya dan peran apa yang ingin ia jalani dalam kehidupan sosial. Pada tahap ini, remaja mulai mempertanyakan nilai, tujuan hidup, serta pandangan terhadap diri sendiri dan orang lain. Proses pencarian identitas ini sering kali disertai dengan kebingungan, terutama ketika remaja dihadapkan pada tuntutan dan ekspektasi yang beragam. Dengan demikian, perkembangan psikososial menjadi aspek penting dalam memahami perilaku dan pilihan remaja (Fadly & Islawati, 2024; Ramadhan et al., 2025).

Dalam proses pencarian identitas tersebut, interaksi sosial memegang peranan yang sangat penting. Remaja banyak belajar tentang dirinya melalui hubungan dengan orang lain, khususnya teman sebaya yang memiliki kedudukan sosial relatif setara. Melalui interaksi ini, remaja memperoleh umpan balik mengenai sikap, perilaku, dan pandangan hidupnya. Relasi dengan teman sebaya juga menjadi ruang bagi remaja untuk mengekspresikan diri tanpa tekanan otoritas seperti yang sering

dirasakan dalam lingkungan keluarga atau sekolah. Oleh karena itu, hubungan sosial menjadi salah satu fondasi dalam pembentukan identitas diri remaja (Nurdiansyah et al., 2025)

Selain berperan dalam pembentukan identitas, hubungan sosial juga berkaitan erat dengan kondisi emosional remaja. Pada masa ini, remaja cenderung memiliki sensitivitas emosional yang tinggi dan mudah terpengaruh oleh pengalaman interpersonal. Perasaan ingin dipahami, diterima, dan dihargai sering kali mendorong remaja untuk membangun kedekatan emosional dengan orang lain. Kedekatan tersebut tidak hanya terbatas pada pertemanan, tetapi juga mulai mengarah pada hubungan yang lebih personal. Hal ini menunjukkan bahwa aspek emosional menjadi bagian penting dalam kehidupan sosial remaja.

Seiring bertambahnya usia dan pengalaman, cara berpikir remaja juga mengalami perubahan. Remaja mulai menunjukkan kemampuan berpikir yang lebih reflektif dan kritis, terutama dalam menilai diri sendiri dan lingkungan sekitarnya. Mereka tidak lagi menerima nilai dan norma secara apa adanya, melainkan mulai menimbang dan memaknai berdasarkan pengalaman pribadi. Proses berpikir ini turut memengaruhi cara remaja memandang hubungan dengan orang lain, termasuk dalam menentukan batasan dan harapan dalam relasi. Dengan demikian, perkembangan kognitif berperan penting dalam pembentukan sikap remaja terhadap hubungan sosial.

Perkembangan psikososial remaja tidak terlepas dari pengaruh lingkungan sosial yang melingkupinya. Keluarga menjadi lingkungan awal yang membentuk nilai dan

pola interaksi, sementara sekolah berperan dalam memperluas pengalaman sosial dan akademik remaja (Apul Perdolok Sinambela et al., 2025; FINA KHILYATU ZAHWA & MA'MUN HANIF, 2024). Di samping itu, media dan budaya populer turut memberi pengaruh melalui representasi hubungan, gaya hidup, dan nilai-nilai tertentu. Interaksi antara berbagai lingkungan ini membentuk cara remaja memahami dirinya dan dunia sosialnya. Oleh karena itu, perkembangan remaja perlu dipahami dalam konteks sosial yang lebih luas.

Keseluruhan proses perkembangan tersebut berkaitan erat dengan kecenderungan remaja dalam membangun hubungan romantis. Perubahan emosional, sosial, dan kognitif mendorong remaja untuk mulai tertarik pada hubungan yang lebih intim dan bermakna (Mahesha et al., 2024). Dalam konteks ini, remaja sering menetapkan aturan atau prinsip tertentu sebagai pedoman dalam memulai hubungan, sesuai dengan pemahaman dan pengalaman yang dimilikinya. Prinsip-prinsip tersebut menjadi bagian dari upaya remaja dalam mengelola emosi dan membangun relasi yang dirasa aman. Dengan demikian, perkembangan psikososial remaja memberikan dasar penting dalam memahami pola hubungan yang mereka jalani. Berdasarkan pengertian tersebut, hubungan interpersonal memiliki beberapa ciri utama yang membedakannya dari interaksi sosial yang bersifat sementara. Hubungan ini ditandai oleh adanya interaksi yang berlangsung secara berulang, komunikasi dua arah, serta tingkat keterbukaan tertentu antara individu. Selain itu, keterlibatan emosional menjadi elemen penting yang memperkuat ikatan dalam hubungan interpersonal. Semakin dalam keterlibatan

emosional yang terbangun, semakin kuat pula hubungan yang terjalin di antara individu.

2.1.2.4 Relasi Romantis pada Remaja

Relasi romantis pada remaja merujuk pada hubungan yang melibatkan ketertarikan emosional dan perasaan afeksi antara dua individu (Aryadi et al., 2025). Berbeda dengan hubungan pertemanan yang umumnya berlandaskan kebersamaan dan kesamaan minat, relasi romantis memiliki unsur perasaan yang lebih personal dan intens. Dalam konteks remaja, relasi ini sering kali menjadi pengalaman awal dalam memahami kedekatan emosional dengan lawan jenis atau pasangan. Oleh karena itu, relasi romantis memiliki posisi yang khas dalam kehidupan sosial remaja.

Seiring dengan perkembangan usia, ketertarikan romantis mulai muncul sebagai bagian dari perkembangan emosional dan sosial remaja (Harahap, 2023). Perubahan perasaan dan kesadaran terhadap ketertarikan pada orang lain menjadi pengalaman yang umum dialami pada fase ini. Ketertarikan tersebut tidak hanya bersumber dari aspek fisik, tetapi juga dari interaksi sosial yang semakin intens. Dalam prosesnya, remaja mulai belajar mengenali perasaan mereka sendiri terhadap orang lain.

Ketertarikan yang berkembang tersebut membentuk karakteristik tertentu dalam relasi romantis remaja. Relasi ini sering ditandai dengan intensitas emosi yang tinggi, seperti perasaan senang, cemas, atau khawatir secara bersamaan (Widiastuti et al., 2025). Selain itu, remaja cenderung memandang hubungan secara idealis dan

memiliki harapan tertentu terhadap pasangannya. Pencarian kedekatan emosional menjadi aspek penting yang mendorong keberlanjutan relasi romantis pada masa ini.

Di balik karakteristik tersebut, terdapat berbagai motivasi yang mendorong remaja menjalin relasi romantis. Kebutuhan akan afeksi dan perhatian menjadi salah satu alasan utama yang dirasakan oleh remaja. Selain itu, relasi romantis juga menjadi sarana bagi remaja untuk memperoleh penerimaan sosial dan pengakuan dari lingkungan sekitarnya. Dalam konteks ini, hubungan romantis turut berperan dalam proses pembentukan identitas diri remaja.

Motivasi tersebut tercermin dalam dinamika komunikasi yang terjalin dalam relasi romantis remaja. Komunikasi menjadi media utama untuk mengekspresikan perasaan, harapan, dan kekhawatiran terhadap pasangan (Alif et al., 2025; Suryani et al., 2025). Di sisi lain, perbedaan pendapat dan kesalahpahaman juga kerap muncul dalam proses komunikasi tersebut. Cara remaja mengelola konflik dalam hubungan sering kali dipengaruhi oleh tingkat kedewasaan emosional yang masih berkembang.

Dinamika relasi romantis remaja tidak dapat dilepaskan dari pengaruh lingkungan sosial di sekitarnya. Teman sebaya memiliki peran besar dalam membentuk pandangan remaja terhadap hubungan romantis, baik melalui pengalaman pribadi maupun cerita yang dibagikan. Selain itu, media dan budaya populer turut memberikan gambaran tertentu mengenai pola hubungan yang

dianggap ideal. Pengaruh-pengaruh ini sering kali membentuk ekspektasi remaja terhadap relasi romantis yang mereka jalani.

Dalam praktiknya, relasi romantis remaja juga dihadapkan pada berbagai tantangan. Ketidakstabilan emosi yang masih sering dialami remaja dapat memicu konflik dan kecemasan dalam hubungan (CHI & DARIYO, 2025). Tekanan sosial, seperti tuntutan dari teman sebaya atau norma yang berlaku, turut menambah kompleksitas relasi tersebut. Tantangan-tantangan ini menjadi bagian dari pengalaman yang tidak terpisahkan dalam perjalanan hubungan romantis remaja.

Meskipun dihadapkan pada berbagai dinamika dan tantangan, relasi romantis memiliki peran penting sebagai ruang pembelajaran bagi remaja. Melalui hubungan ini, remaja belajar memahami perasaan diri sendiri dan orang lain secara lebih mendalam. Pengalaman dalam relasi romantis juga membantu remaja memaknai arti komitmen, kepercayaan, dan tanggung jawab dalam hubungan. Dengan demikian, relasi romantis menjadi bagian penting dalam proses pendewasaan sosial dan emosional remaja.

2.1.2.5 Fase Pendekatan dalam Memulai Hubungan

Fase pendekatan, atau yang dalam istilah populer di Indonesia sering dikenal dengan akronim PDKT (Pendekatan), merupakan sebuah periode krusial dan transisional dalam dinamika komunikasi antarpribadi yang menjembatani hubungan antara dua individu yang awalnya asing atau sekadar kenal menjadi lebih intim. Secara konseptual, fase ini dapat didefinisikan sebagai serangkaian aktivitas interaksi yang disengaja dan berorientasi pada tujuan, di mana individu berusaha

untuk mengurangi jarak psikologis dan fisik dengan orang yang diminati melalui pertukaran informasi verbal maupun non-verbal. Dalam konteks akademis, fase ini bukan sekadar ajang untuk menarik perhatian lawan jenis semata, melainkan sebuah proses negosiasi sosial yang kompleks di mana kedua belah pihak saling menjajaki potensi kecocokan, nilai-nilai kehidupan, serta ketersediaan emosional sebelum memutuskan untuk berkomitmen dalam sebuah ikatan yang lebih formal dan eksklusif (Aroma et al., 2025; Rainanda & Saifudin, 2025).

Ditinjau dari perspektif teori komunikasi, fase pendekatan sangat erat kaitannya dengan Teori Pengurangan Ketidakpastian (Uncertainty Reduction Theory) yang dikemukakan oleh Charles Berger dan Richard Calabrese (Hanafi & Yuliarti, 2024). Pada tahap awal perkenalan, tingkat ketidakpastian mengenai siapa lawan bicara dan bagaimana ia akan merespons perilaku kita berada pada titik tertinggi, sehingga tujuan utama komunikasi pada fase ini adalah untuk memperoleh informasi sebanyak mungkin guna memprediksi perilaku pasangan di masa depan. Individu akan menggunakan berbagai strategi, mulai dari strategi pasif dengan mengamati media sosial target, strategi aktif dengan bertanya kepada teman bersama, hingga strategi interaktif dengan melakukan percakapan langsung untuk memvalidasi asumsi-asumsi mereka. Proses pengumpulan informasi ini menjadi landasan rasional bagi seseorang untuk menentukan apakah hubungan tersebut layak untuk dilanjutkan ke tahap yang lebih serius atau harus dihentikan.

Mark Knapp, dalam model tahapan pengembangan hubungannya (Relationship Development Model), menempatkan fase pendekatan ini dalam dua tahap awal yang fundamental, yaitu tahap Initiating (memulai) dan tahap Experimenting

(menjajaki) (Ramadhan et al., 2022). Tahap initiating biasanya berlangsung sangat singkat, terkadang hanya dalam hitungan detik atau menit, di mana individu berusaha menciptakan kesan pertama yang positif melalui sapaan, kontak mata, atau senyuman yang mengundang interaksi lebih lanjut. Pada titik ini, penampilan fisik dan atribut eksternal seringkali menjadi filter utama, namun seiring berjalannya waktu, fokus interaksi akan bergeser pada substansi percakapan yang lebih bermakna. Keberhasilan pada tahap inisiasi ini sangat menentukan apakah pintu komunikasi akan terbuka lebar atau justru tertutup rapat bagi upaya pendekatan selanjutnya.

Setelah melewati inisiasi awal, hubungan bergerak masuk ke tahap *experimenting*, yang sering disebut sebagai fase "mencari kesamaan" atau *finding common ground*. Pada tahap ini, interaksi didominasi oleh obrolan ringan (*small talk*) yang berfungsi sebagai sarana aman untuk menggali minat, hobi, latar belakang, dan pandangan hidup tanpa risiko penolakan yang besar. Seseorang akan melempar berbagai topik pembicaraan layaknya sebuah eksperimen untuk melihat respons lawan bicaranya; jika respons yang diterima positif dan antusias, maka intensitas komunikasi akan ditingkatkan. Tahap eksperimen inilah yang seringkali memakan waktu paling lama dalam fase pendekatan, karena di sinilah proses seleksi alamiah terjadi, di mana individu menilai apakah "biaya" (waktu, emosi, materi) yang dikeluarkan sebanding dengan "imbalan" (rasa nyaman, kebahagiaan) yang didapatkan.

Lebih dalam lagi, fase pendekatan juga melibatkan proses pembukaan diri atau *self-disclosure* sebagaimana dijelaskan dalam Teori Penetrasi Sosial oleh Altman

dan Taylor (Ramadhan et al., 2022; Taryono, 2025). Proses ini diibaratkan seperti mengupas lapisan bawang, di mana pada awal pendekatan, informasi yang dibagikan cenderung bersifat periferal atau kulit luar, seperti selera musik, makanan favorit, atau aktivitas sehari-hari. Seiring dengan tumbuhnya rasa percaya dan kenyamanan, topik pembicaraan akan bergerak perlahan menuju lapisan yang lebih inti dan privat, seperti ketakutan terbesar, impian masa depan, hingga trauma masa lalu. Dinamika keterbukaan diri ini harus berjalan secara resiprokal atau timbal balik; ketimpangan dalam keterbukaan diri—di mana satu pihak terlalu terbuka sementara pihak lain tertutup seringkali menjadi indikator kegagalan dalam fase pendekatan.

Dalam konteks psikologi perkembangan remaja dan dewasa muda, fase pendekatan juga berfungsi sebagai arena validasi identitas dan harga diri. Ketika seseorang merespons upaya pendekatan dengan positif, hal tersebut memberikan gratifikasi psikologis yang menegaskan bahwa individu tersebut menarik dan diinginkan secara sosial. Sebaliknya, penolakan pada fase ini seringkali menimbulkan gejala emosional yang signifikan karena dianggap sebagai evaluasi negatif terhadap diri pribadi. Oleh karena itu, banyak individu yang menerapkan mekanisme pertahanan diri selama fase ini, seperti bersikap "jual mahal" atau tidak terlalu agresif, sebagai upaya untuk melindungi ego dari potensi rasa sakit akibat penolakan yang mungkin terjadi (Maharani, 2023).

Fenomena pendekatan di era modern saat ini juga tidak dapat dilepaskan dari mediasi teknologi komunikasi digital, yang mengubah lanskap interaksi secara drastis. Kehadiran media sosial dan aplikasi pesan instan memungkinkan fase

pendekatan terjadi dalam ruang yang hyper-personal, di mana individu dapat mengkurasi presentasi dirinya (impression management) dengan sangat hati-hati sebelum mengirimkan pesan (Abduh & Cangara, 2022). Hal ini menciptakan sebuah paradoks; di satu sisi teknologi memudahkan inisiasi hubungan tanpa harus bertatap muka, namun di sisi lain menciptakan ambiguitas baru akibat hilangnya isyarat non-verbal seperti nada bicara dan ekspresi wajah. Akibatnya, fase pendekatan digital seringkali dipenuhi oleh spekulasi dan interpretasi berlebihan terhadap hal-hal sepele, seperti durasi waktu membalas pesan atau penggunaan emoji.

Secara sosiokultural, fase pendekatan juga memiliki norma-norma tidak tertulis yang berbeda di setiap budaya dan generasi, termasuk adanya tren pembatasan waktu atau aturan main tertentu. Di Indonesia, budaya pendekatan seringkali masih dipengaruhi oleh norma kesopanan timur, di mana terdapat batasan-batasan etika yang harus dijaga, meskipun pengaruh budaya populer barat mulai mengikis batasan tersebut. Munculnya fenomena seperti pembatasan interaksi fisik atau penetapan jangka waktu tertentu untuk "masa percobaan" merupakan respons adaptif terhadap pergeseran nilai ini. Aturan-aturan tersebut dikonstruksi sebagai panduan agar fase pendekatan tidak kebablasan dan tetap berada dalam koridor saling menghormati, sekaligus sebagai strategi untuk menguji kesungguhan niat calon pasangan.

Penting untuk dipahami bahwa fase pendekatan bukanlah jaminan akan terbentuknya sebuah hubungan yang utuh, melainkan sebuah periode seleksi yang penuh dengan ketidakpastian. Banyak hubungan potensial yang gugur di tengah

jalan bukan karena tidak adanya perasaan cinta, melainkan karena ketidakmampuan kedua belah pihak dalam mengelola konflik awal atau perbedaan gaya komunikasi selama fase ini. Kegagalan dalam fase pendekatan seringkali disebabkan oleh ekspektasi yang tidak realistis atau ketidaksinkronan antara apa yang ditampilkan di permukaan dengan karakter asli yang sebenarnya. Oleh karena itu, durasi dan kualitas interaksi selama fase pendekatan menjadi variabel penentu fondasi hubungan di masa depan semakin matang proses penjajakan ini, semakin kuat pula basis hubungan yang akan dibangun.

2.1.2.6 *Three Months Rule*

Three months rule dipahami sebagai kesepakatan tidak tertulis untuk menunda komitmen hubungan romantis selama kurang lebih tiga bulan masa pendekatan. Dalam praktiknya, aturan ini dijalani dengan cara saling mengenal tanpa memberikan label hubungan secara resmi. Remaja yang menerapkan *three months rule* biasanya tetap melakukan komunikasi dan interaksi intens, namun menjaga batasan tertentu. Aturan ini dipandang sebagai fase antara pengenalan awal dan keputusan untuk berkomitmen.

Kemunculan *three months rule* tidak dapat dilepaskan dari pengalaman remaja dalam menjalani relasi romantis sebelumnya. Banyak remaja melihat hubungan yang terburu-buru berakhir dengan kekecewaan atau konflik emosional (Apostolou et al., 2025). Dari situ, muncul kesadaran kolektif akan perlunya jeda waktu sebelum menetapkan status hubungan. *Three months rule* kemudian berkembang sebagai bentuk perlindungan diri yang disepakati secara sosial, meski tidak pernah diformalkan.

Tujuan utama penerapan *three months rule* berkaitan dengan upaya mengenal karakter pasangan secara lebih mendalam (Emery & Finkel, 2022). Dalam rentang waktu tersebut, remaja berusaha mengamati sikap, pola komunikasi, dan konsistensi perilaku pasangan. Selain itu, aturan ini juga dijalankan untuk menjaga kestabilan emosi agar tidak terlibat terlalu jauh di awal hubungan. Dengan demikian, keputusan untuk melanjutkan hubungan didasarkan pada pertimbangan yang lebih rasional.

Dalam kehidupan remaja, penerapan *three months rule* tidak selalu seragam. Sebagian remaja menerapkannya secara ketat dengan menahan diri dari komitmen apa pun, sementara yang lain memaknainya secara lebih fleksibel. Ada pula yang menjadikan tiga bulan hanya sebagai patokan simbolis, bukan aturan yang kaku. Variasi ini menunjukkan bahwa *three months rule* bersifat subjektif dan dipengaruhi oleh pengalaman serta nilai masing-masing individu.

Bagi remaja, *three months rule* memiliki makna penting dalam membangun rasa aman dalam hubungan. Masa penantian ini memberi ruang untuk menumbuhkan kepercayaan secara bertahap tanpa tekanan status. Kejelasan mengenai arah hubungan juga menjadi lebih terasa setelah melewati fase tersebut. Dalam konteks ini, *three months rule* berfungsi sebagai sarana refleksi sebelum mengambil keputusan emosional yang lebih besar.

Keputusan remaja untuk menerapkan *three months rule* sering kali dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu dalam relasi romantis. Pengalaman disakiti, dikhianati, atau merasa terlalu cepat terikat menjadi alasan kuat untuk bersikap lebih berhati-

hati. Ingatan akan pengalaman tersebut membentuk cara pandang remaja terhadap hubungan yang baru. *Three months rule* kemudian dijadikan strategi untuk menghindari pengulangan pengalaman negatif sebelumnya.

Selain pengalaman pribadi, media sosial dan budaya populer turut berperan dalam menyebarkan konsep *three months rule*. Narasi tentang pentingnya menunggu sebelum berkomitmen sering muncul dalam konten media sosial, film, maupun cerita yang dibagikan oleh figur publik. Paparan ini membentuk pemahaman kolektif remaja mengenai hubungan yang dianggap sehat dan ideal. Akibatnya, *three months rule* semakin dikenal dan diterima sebagai pola hubungan yang wajar.

2.1.2.7 Self-Disclosure

Self-disclosure atau pengungkapan diri merupakan salah satu konsep fundamental dalam studi komunikasi antarpribadi yang menjadi kunci utama dalam proses pengembangan hubungan manusia (Hidayati & Rahmawati, 2025; Simanjuntak, 2025). Secara terminologis, pengungkapan diri dapat didefinisikan sebagai tindakan sukarela dan disengaja yang dilakukan oleh seseorang untuk membagikan informasi mengenai dirinya sendiri kepada orang lain, di mana informasi tersebut biasanya bersifat pribadi dan tidak akan diketahui oleh orang lain jika tidak diungkapkan secara langsung oleh individu yang bersangkutan (Yahya et al., 2024). Informasi yang dibagikan dalam proses ini memiliki spektrum yang sangat luas, mulai dari data faktual yang sederhana seperti hobi, pekerjaan, dan preferensi makanan, hingga merambah ke wilayah yang lebih sensitif dan mendalam seperti perasaan, ketakutan, opini pribadi, serta pengalaman masa lalu

yang traumatis. Inti dari pengungkapan diri bukanlah sekadar penyampaian informasi, melainkan adanya unsur kepercayaan dan kesediaan untuk membuka "dinding" privasi agar orang lain dapat masuk dan memahami dunia internal individu tersebut.

Dalam sejarah perkembangan ilmu komunikasi dan psikologi, konsep ini mulai mendapatkan perhatian serius pada pertengahan abad ke-20, terutama melalui karya monumental Sidney Jourard dalam bukunya yang berjudul *The Transparent Self* (1971) (Nurdin, 2023). Jourard, sebagai salah satu pelopor studi ini, berargumen bahwa kemampuan seseorang untuk mengungkapkan dirinya secara otentik kepada orang lain merupakan indikator kesehatan mental yang sangat penting. Menurut pandangannya, individu yang terus-menerus menyembunyikan jati dirinya dan memasang "topeng" dalam interaksi sosial cenderung mengalami tekanan psikologis dan keterasingan, sedangkan mereka yang mampu terbuka secara tepat akan merasakan kelegaan emosional dan koneksi sosial yang lebih kuat. Pemikiran Jourard ini kemudian menjadi landasan bagi banyak peneliti selanjutnya untuk menempatkan pengungkapan diri sebagai variabel krusial dalam mengukur kualitas dan keintiman sebuah hubungan interpersonal.

Teori yang paling komprehensif dalam menjelaskan mekanisme pengungkapan diri adalah Teori Penetrasi Sosial (*Social Penetration Theory*) yang dikembangkan oleh Irwin Altman dan Dalmas Taylor (Simanjuntak, 2025). Mereka menggunakan metafora "kulit bawang" (*onion metaphor*) untuk menggambarkan struktur kepribadian manusia yang berlapis-lapis, mulai dari lapisan terluar yang bersifat publik hingga lapisan terdalam yang merupakan inti dari kepribadian. Menurut teori

ini, hubungan antarmanusia berkembang melalui proses pengupasan lapisan-lapisan tersebut secara bertahap melalui aktivitas pengungkapan diri yang berkelanjutan. Pada tahap awal pengenalan, pertukaran informasi cenderung dangkal dan terbatas pada klise sosial, namun seiring berjalannya waktu, komunikasi akan menembus ke lapisan yang lebih dalam, menciptakan kedekatan emosional yang intens antara kedua belah pihak.

Kualitas dari sebuah pengungkapan diri tidak hanya diukur dari seberapa banyak seseorang berbicara, melainkan ditentukan oleh dua dimensi utama, yaitu kedalaman (*depth*) dan keluasan (*breadth*) (Hapsari et al., 2025). Dimensi keluasan merujuk pada kuantitas atau jumlah topik yang dibicarakan dalam interaksi, seperti membicarakan tentang keluarga, pekerjaan, dan hobi dalam satu waktu. Sementara itu, dimensi kedalaman berkaitan dengan tingkat keintiman atau seberapa personal informasi yang dibagikan dalam topik-topik tersebut, seperti beralih dari sekadar menceritakan fakta tentang keluarga menjadi menceritakan perasaan kecewa terhadap orang tua. Dalam hubungan yang sehat, kedua dimensi ini idealnya berkembang secara beriringan, di mana pasangan tidak hanya membicarakan banyak hal, tetapi juga berani menyentuh aspek-aspek emosional yang mendalam dari topik-topik tersebut.

Salah satu karakteristik paling unik dari dinamika pengungkapan diri adalah adanya prinsip resiprositas atau timbal balik, yang sering disebut sebagai *dyadic effect*. Prinsip ini menjelaskan bahwa dalam interaksi antarpribadi, keterbukaan satu pihak cenderung memancing keterbukaan yang setara dari pihak lainnya. Ketika seseorang menceritakan rahasianya, lawan bicaranya akan merasa terdorong

secara psikologis untuk membalas dengan menceritakan rahasia yang memiliki bobot keintiman serupa sebagai bentuk keseimbangan hubungan. Jika resiprositas ini tidak terjadi misalnya satu pihak terus-menerus bercerita sementara pihak lain hanya mendengarkan tanpa berbagi maka hubungan tersebut akan terasa timpang dan berpotensi gagal berkembang menjadi hubungan yang akrab, atau justru berubah format menjadi hubungan yang bersifat profesional seperti antara konselor dan klien.

Meskipun pengungkapan diri memiliki fungsi vital dalam membangun kedekatan, aktivitas ini juga mengandung risiko kerentanan (*vulnerability*) yang tidak bisa diabaikan begitu saja. Membuka diri berarti menyerahkan kendali atas informasi pribadi kepada orang lain (Damayanti, 2024), yang membawa potensi risiko penolakan, penghakiman negatif, atau bahkan penyalahgunaan informasi di kemudian hari. Ketakutan akan risiko ini seringkali menjadi penghambat utama bagi individu untuk terbuka, terutama pada fase-fase awal hubungan di mana tingkat kepercayaan belum terbangun sepenuhnya. Oleh karena itu, individu biasanya melakukan kalkulasi risiko yang cermat sebelum memutuskan untuk mengungkapkan hal sensitif, memastikan bahwa lawan bicaranya adalah orang yang dapat dipercaya dan mampu merespons dengan empati serta dukungan emosional.

Selain fungsi membangun keintiman, pengungkapan diri juga memiliki fungsi katarsis dan validasi diri yang signifikan bagi individu yang melakukannya (Haesy, 2025; Rahmawati & Suryanto, 2025). Fungsi katarsis merujuk pada efek pelepasan beban emosional atau perasaan lega setelah seseorang berhasil mengungkapkan

masalah atau perasaan yang selama ini dipendamnya ("curhat"). Sementara itu, fungsi validasi diri terjadi ketika pengungkapan tersebut direspons dengan penerimaan oleh orang lain, yang secara tidak langsung mengonfirmasi bahwa perasaan atau pandangan hidup individu tersebut adalah sesuatu yang wajar dan dapat diterima. Dalam konteks pencarian identitas remaja, fungsi validasi ini menjadi sangat krusial karena membantu mereka memahami siapa diri mereka sebenarnya melalui refleksi yang dipantulkan oleh respons teman atau pasangan mereka.

Namun, perlu dipahami bahwa pengungkapan diri bukanlah proses yang statis, melainkan sangat dipengaruhi oleh konteks budaya dan gender yang melingkupi individu tersebut (Cangara & Bahfiarti, 2025). Dalam budaya yang bersifat kolektif atau budaya timur, pola pengungkapan diri cenderung lebih tertutup dan berhati-hati dibandingkan dengan budaya barat yang lebih ekspresif dan individualis. Demikian pula dalam aspek gender, berbagai studi menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih verbal dan lebih mudah melakukan pengungkapan diri yang bersifat emosional dibandingkan laki-laki yang seringkali disosialisasikan untuk menahan emosi. Faktor-faktor sosiokultural ini turut membentuk "aturan main" mengenai apa yang pantas dan tidak pantas diungkapkan dalam berbagai tahapan hubungan.

Di era digital saat ini, fenomena pengungkapan diri mengalami transformasi yang signifikan melalui mediasi teknologi komunikasi atau *Computer-Mediated Communication* (CMC) (Putri et al., 2022). Layar gawai seringkali memberikan efek disinhibisi (online disinhibition effect), di mana orang merasa lebih berani dan

lebih cepat terbuka di dunia maya dibandingkan saat bertatap muka langsung karena minimnya isyarat sosial yang mengintimidasi. Fenomena ini menciptakan apa yang disebut sebagai hubungan "hyper-personal", di mana keintiman terjalin dengan sangat cepat melalui teks. Namun, pengungkapan diri di media sosial juga seringkali bersifat kuratif atau yang disebut sebagai selective self-presentation, di mana individu hanya mengungkapkan sisi-sisi terbaik dirinya untuk membangun citra tertentu, yang mungkin berbeda dengan realitas yang sebenarnya.

2.1.3 Kerangka Teoritis

Kerangka teoritis adalah fondasi konseptual yang memuat serangkaian teori, konsep, dan definisi operasional yang saling berkaitan serta terorganisir secara sistematis untuk menjelaskan fenomena yang menjadi fokus penelitian. Fungsi kerangka teoritis dalam penelitian ini juga sangat krusial, yakni sebagai peta jalan yang mengarahkan peneliti dalam membatasi ruang lingkup masalah agar fokus dan tidak melebar ke hal-hal yang tidak relevan. Selain itu, kerangka teoritis berfungsi untuk membantu peneliti dalam menyusun instrumen wawancara mendalam, mempertajam kepekaan peneliti terhadap nuansa-nuansa data yang muncul, serta memberikan kosakata akademis yang tepat untuk menarasikan temuan penelitian. Dengan adanya landasan teori yang kuat, validitas interpretasi peneliti dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah karena analisis yang dilakukan tidak didasarkan pada asumsi subjektif semata, melainkan berakar pada konstruksi keilmuan yang telah teruji kredibilitasnya dalam tradisi ilmu sosial

2.1.3.1 Teori Fenomenologi (Alfredz Schutz)

Untuk membedah fenomena penggunaan *Three months rule* di kalangan remaja Universitas Pasundan, penelitian ini menggunakan teori Fenomenologi yang dikembangkan oleh Alfred Schutz (Ramadhani & Sukardani, 2023). Alfred Schutz dikenal sebagai tokoh yang berhasil mengintegrasikan fenomenologi filosofis Edmund Husserl dengan sosiologi pemahaman Max Weber, menghasilkan sebuah pendekatan yang berfokus pada dunia kehidupan sehari-hari atau yang disebut dengan *Lebenswelt (life-world)* (Dörfler & Rothfuss, 2023). Bagi Schutz, dunia sosial bukanlah realitas objektif yang berdiri sendiri di luar individu, melainkan sebuah realitas yang dikonstruksi melalui proses intersubjektif dan pemaknaan yang dilakukan oleh para aktor sosial di dalamnya. Dalam konteks penelitian ini, remaja tidak dipandang sebagai objek pasif yang sekadar menerima tren *Three months rule*, melainkan sebagai aktor sadar yang aktif memberikan makna pada aturan tersebut berdasarkan pengalaman hidup mereka.

Konsep sentral dalam pemikiran Schutz yang sangat relevan dengan penelitian ini adalah mengenai intersubjektivitas dan stok pengetahuan (*stock of knowledge*). Schutz menjelaskan bahwa setiap individu memiliki simpanan pengetahuan yang didapat dari pengalaman masa lalu, interaksi dengan orang lain, serta sosialisasi budaya yang mereka terima (Maghfiro & Sadewo, 2025; Widiyanto, 2022). Stok pengetahuan inilah yang menjadi referensi bagi individu untuk menafsirkan situasi yang mereka hadapi saat ini. Dalam kasus remaja di Bandung, pengetahuan mengenai *Three months rule* mungkin didapatkan dari media sosial atau cerita teman sebaya, yang kemudian mengendap dalam kesadaran mereka dan dijadikan

referensi atau skema interpretasi saat mereka mulai memasuki fase pendekatan dalam hubungan romantis.

Lebih jauh lagi, Schutz memperkenalkan konsep *Tipifikasi (Typification)*, yaitu proses di mana individu mengelompokkan pengalaman-pengalaman dan tindakan orang lain ke dalam tipe-tipe tertentu agar dunia sosial menjadi lebih mudah dipahami dan diprediksi (Hedges & De Biasio, 2024). Remaja melakukan tipifikasi terhadap perilaku calon pasangan selama tiga bulan pertama; mereka mengkategorikan mana perilaku yang "layak" dan mana yang "red flag". *Three months rule* itu sendiri merupakan sebuah bentuk tipifikasi sosial, sebuah resep tindakan yang telah dibakukan dan dipahami bersama oleh kelompok remaja tertentu sebagai cara yang "wajar" atau "seharusnya" dilakukan untuk menguji keseriusan hubungan sebelum melangkah ke jenjang yang lebih berkomitmen.

Inti dari analisis fenomenologi Schutz yang akan digunakan secara mendalam dalam penelitian ini adalah Teori Motivasi yang membagi motif tindakan manusia menjadi dua kategori utama, yaitu *Because Motive* (Motif Sebab) dan *In-order-to Motive* (Motif Tujuan) (Ardiesty et al., 2022). Pemisahan ini sangat penting untuk menjawab rumusan masalah mengenai alasan remaja menganut aturan ini. Schutz menekankan bahwa untuk memahami tindakan sosial secara utuh, peneliti tidak boleh mencampuradukkan kedua motif ini karena keduanya memiliki orientasi waktu dan kesadaran yang berbeda dalam diri aktor.

Because Motive atau motif "karena" merujuk pada masa lalu (*past tense*) yang menjadi latar belakang atau pendorong terjadinya sebuah tindakan saat ini. Motif ini seringkali tidak disadari sepenuhnya saat tindakan dilakukan, namun dapat

direfleksikan kembali setelah kejadian berlangsung. Dalam konteks penelitian ini, *Because Motive* akan menelusuri pengalaman-pengalaman traumatis masa lalu, kegagalan hubungan sebelumnya, latar belakang keluarga, atau paparan konten media sosial yang intens yang membentuk persepsi remaja. Misalnya, seorang remaja menerapkan *Three months rule* "karena" ia pernah diselingkuhi di masa lalu atau "karena" melihat banyak kasus perceraian di lingkungannya, sehingga pengalaman tersebut mendorongnya untuk lebih berhati-hati.

Sementara itu, *In-order-to Motive* atau motif "supaya/agar" berorientasi ke masa depan (*future tense*). Ini adalah tujuan, harapan, atau proyeksi yang ingin dicapai oleh individu melalui tindakannya. Motif ini bersifat sangat sadar dan terencana. Dalam penelitian ini, *In-order-to Motive* menjelaskan apa yang ingin dicapai remaja dengan menerapkan aturan tiga bulan tersebut. Apakah mereka melakukannya "agar" mendapatkan pasangan yang benar-benar setia, "supaya" tidak membuang waktu dengan orang yang salah, atau "agar" terlihat selektif dan berkelas di mata teman-temannya. Melalui motif ini, *Three months rule* dilihat sebagai sebuah strategi rasional untuk mencapai keadaan ideal yang diinginkan di masa depan.

Schutz juga menekankan pentingnya konsep "Dunia Keseharian" (*The Everyday Life World*) sebagai arena di mana realitas sosial berlangsung. Dunia keseharian adalah dunia yang diterima begitu saja (*taken for granted*) oleh para pelakunya sampai muncul masalah yang mempertanyakannya. Bagi remaja penganut *Three months rule*, aturan ini mungkin sudah menjadi bagian dari kewajaran dalam pergaulan mereka. Fenomenologi Schutz bertugas untuk membongkar "kewajaran" tersebut dan melihat bagaimana aturan ini dipraktikkan dalam interaksi tatap muka

(*face-to-face interaction*) antara remaja dengan calon pasangannya, di mana terjadi pertukaran isyarat, bahasa, dan emosi yang kompleks.

2.2 Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran merupakan pilar fundamental dalam sebuah penelitian ilmiah yang berfungsi sebagai cetak biru atau peta jalan logis yang menggambarkan alur berpikir peneliti dalam membedah masalah yang sedang dikaji. Dalam konteks penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, kerangka pemikiran bukanlah sekadar kumpulan definisi variabel yang kaku atau alat untuk menguji kebenaran hipotesis statistik, melainkan sebuah konstruksi konseptual yang menghubungkan fenomena empiris yang terjadi di lapangan dengan abstraksi teoretis yang relevan. Kerangka ini dibangun melalui proses sintesis antara pengamatan awal peneliti terhadap realitas sosial dengan asumsi-asumsi dasar dari teori yang dipilih, sehingga menghasilkan sebuah perspektif analisis yang tajam dan terarah. Tanpa adanya kerangka pemikiran yang kokoh, penelitian berisiko kehilangan fokus dan terjebak dalam deskripsi permukaan yang dangkal tanpa mampu menyentuh esensi makna yang sesungguhnya.

Fungsi utama dari penyusunan kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah untuk memberikan batasan yang jelas mengenai ruang lingkup studi, sehingga peneliti dapat memilah data mana yang relevan dan mana yang sekadar menjadi latar belakang. Selain itu, kerangka ini berfungsi sebagai landasan argumentasi ilmiah yang memandu peneliti dalam menyusun instrumen wawancara mendalam, melakukan observasi partisipatif, serta melakukan interpretasi data. Dengan kerangka yang sistematis, subjektivitas peneliti dapat diminimalisir atau

ditempatkan pada proporsi yang tepat (intersubjektivitas), sehingga temuan penelitian memiliki validitas akademik yang dapat dipertanggungjawabkan. Kerangka pemikiran juga berperan dalam membantu pembaca untuk memahami logika di balik analisis peneliti, menjelaskan mengapa teori tertentu dipilih, dan bagaimana teori tersebut diaplikasikan untuk menjawab rumusan masalah yang telah ditetapkan.

Dalam penelitian mengenai fenomena remaja penganut *Three Months Rule* mahasiswi Universitas Pasundan, kerangka pemikiran dibangun di atas landasan Teori Fenomenologi Alfred Schutz. Pemilihan teori ini didasarkan pada karakteristik fenomena yang sangat subjektif dan sarat makna, di mana aturan tiga bulan tersebut bukan merupakan hukum tertulis yang baku, melainkan sebuah konsensus sosial atau tren budaya yang diinternalisasi oleh individu. Alfred Schutz memandang bahwa tindakan sosial manusia tidak pernah terjadi di ruang hampa, melainkan selalu berakar pada dunia kehidupan sehari-hari (*life-world* atau *lebenswelt*) yang penuh dengan makna intersubjektif. Remaja di Bandung, sebagai aktor sosial, tidak sekadar ikut-ikutan tren secara membabi buta, melainkan memiliki kesadaran penuh (*conscious action*) dalam mengadopsi aturan ini sebagai bagian dari strategi mereka dalam berelasi.

Kerangka pemikiran ini bermula dari pemahaman mengenai realitas sosial remaja urban yang kini hidup di tengah ketidakpastian hubungan era digital. Dalam situasi ini, remaja memiliki apa yang disebut Schutz sebagai "stok pengetahuan" (*stock of knowledge*) yang diperoleh dari pengalaman masa lalu, interaksi teman sebaya, dan konsumsi media sosial. Stok pengetahuan inilah yang membentuk

skema tipifikasi (*typification*) di benak mereka, di mana mereka mengklasifikasikan perilaku calon pasangan ke dalam kategori "layak" atau "tidak layak". *Three Months Rule* kemudian hadir sebagai instrumen tipifikasi tersebut, sebuah resep tindakan yang dianggap ampuh untuk menyaring ketidakpastian dalam fase pendekatan yang rawan manipulasi.

Analisis inti dalam kerangka pemikiran ini berpusat pada Teori Motivasi Schutz yang membedah tindakan remaja menjadi tiga dimensi waktu dan kesadaran, yaitu Motif, Makna, Tindakan. Motif digunakan untuk menelusuri latar belakang masa lalu yang mendorong remaja menerapkan aturan ini. Kerangka ini akan memandu peneliti untuk menggali apakah keputusan menganut *Three Months Rule* disebabkan oleh trauma pengkhianatan di masa lalu, pola asuh orang tua, atau tekanan konformitas dari lingkungan pergaulan ("karena" teman-teman melakukannya). Di sini, masa lalu dilihat sebagai determinan yang membentuk sikap kehati-hatian remaja saat ini.

Di sisi lain, Makna adalah bagaimana mahasiswi yang terlibat memaknai *three months rule* terhadap tindakan dan pengalaman yang mereka jalani. Makna ini terbentuk dari pengalaman pribadi, kesadaran, serta interaksi sosial, sehingga setiap individu dapat memiliki pemaknaan yang berbeda terhadap fenomena yang sama. Dan, tindakan digunakan untuk memahami orientasi masa depan dari tindakan tersebut. Kerangka ini mengarahkan analisis pada harapan dan tujuan yang ingin dicapai oleh remaja. Apakah mereka menerapkan aturan tiga bulan ini "agar" mendapatkan pasangan yang setia, "supaya" terhindar dari hubungan yang *toxic*, atau "untuk" menguji kesabaran calon pasangan. Dengan memisahkan ketiga motif

ini, kerangka pemikiran membantu peneliti untuk tidak mencampuradukkan antara alasan reaktif (masa lalu) dengan alasan proaktif (masa depan), sehingga profil psikologis dan sosiologis remaja penganut aturan ini dapat tergambar secara utuh.

Selanjutnya, kerangka ini juga mengakomodasi konsep intersubjektivitas, yaitu bagaimana makna *Three Months Rule* dikomunikasikan dan disepakati (atau diperdebatkan) antara remaja dengan calon pasangannya. Fenomena ini tidak hanya terjadi dalam pikiran individu, tetapi terwujud dalam interaksi nyata. Kerangka pemikiran ini akan melihat bagaimana remaja menegosiasikan aturan ini, apakah disampaikan secara verbal di awal hubungan, atau dilakukan secara diam-diam sebagai tes tersembunyi. Proses negosiasi makna inilah yang menjadi jembatan antara dunia internal individu dengan realitas sosial eksternal yang mereka hadapi.

Akhir dari kerangka pemikiran ini adalah ditemukannya pemaknaan mendalam (meaning) mengenai fenomena *Three Months Rule*. Melalui serangkaian analisis motif dan pengalaman intersubjektif, penelitian ini akan menyimpulkan bagaimana remaja memaknai fase tiga bulan tersebut apakah sebagai periode sakral untuk pengenalan jiwa, sebagai mekanisme pertahanan diri yang pragmatis, atau sekadar gaya hidup kekinian. Bagan kerangka pemikiran dari penelitian ini akan ditampilkan pada gambar di bawah ini.

STUDI FENOMENOLOGI TENTANG MAKNA THREE
MONTHS RULE DALAM MEMULAI HUBUNGAN
ROMANTIS PADA MAHASISWI UNIVERSITAS PASUNDAN



TEORI FENOMENOLOGI ALFREDZ SCHUTZ
(1899-1959)



MOTIF

MAKNA

TINDAKAN