

Hubungan antara Kecemburuan Romantis dengan Kepuasan Hubungan pada *Emerging Adult* yang Berpacaran

The Relationship between Romantic Jealousy and Relationship Satisfaction among Dating Emerging Adults

Ancilla Ghislaine Orsley¹, Erni Julianti Simanjuntak¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Pelita Harapan, Jakarta, Indonesia

ARTICLE INFO

Article History

Submitted:

August 30th, 2022

Final Revised:

January 24th, 2023

Accepted:

January 26th, 2023

Keywords:

Dating

Emerging adults

Relationship satisfaction

Romantic jealousy

Kata kunci:

Berpacaran

Muncul dewasa

Kecemburuan romantis

Kepuasan hubungan



This is an open access article under the
[CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

Copyright © 2022 by Author, Published
by Universitas Negeri Surabaya

ABSTRACT

Jealousy is commonly experienced by most couples. Jealousy can serve to maintain love and relationships, while some people may perceive jealousy as a threat to their relationship. This study aims to determine whether there is a relationship between romantic jealousy and relationship satisfaction in emerging adults who are dating. This research uses a quantitative and correlational approach. The respondents were 150 emerging adults aged 18-25 years who were dating. The research instrument is the Multidimensional Jealousy Scale (MJS) by Pfeiffer & Wong (1989) to measure romantic jealousy, and the Relationship Assessment Scale (RAS) by S.S. Hendrick (1988) to measure relationship satisfaction. Through the Spearman correlation statistical technique, results showed there was a relationship between jealousy and relationship satisfaction in dating emerging adults ($r = -.338$, $p < .01$), reviewed from romantic jealousy's dimension, specifically cognitive ($r = -.363$, $p < .01$) and behavior ($r = -.258$, $p < .01$) which was also correlated with relationship satisfaction. The higher the jealousy of emerging adults, the lower the relationship satisfaction. Meanwhile, no correlation was found on emotional dimension and relationship satisfaction ($r = .000$, $p > .01$). Other findings related to the jealousy and relationship satisfaction were also discussed in this study.

ABSTRAK

Kecemburuan umumnya dialami sebagian besar pasangan yang menjalin hubungan romantis. Kecemburuan dapat berfungsi sebagai sarana untuk mempertahankan cinta dan hubungan, beberapa orang mungkin juga menganggap kecemburuan sebagai ancaman bagi hubungan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kecemburuan romantis dengan kepuasan hubungan pada *emerging adult* yang sedang menjalani hubungan berpacaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan bersifat korelasional. Responden

penelitian ini berjumlah 150 *emerging adult* usia 18-25 tahun yang berpacaran. Instrumen penelitian ini adalah *Multidimensional Jealousy Scale (MJS)* oleh Pfeiffer & Wong (1989) untuk mengukur kecemburuan romantis dan *Relationship Assessment Scale (RAS)* oleh S.S. Hendrick (1988) untuk mengukur kepuasan hubungan romantis. Melalui teknik statistik *Spearman correlation*, ditemukan terdapat hubungan antara kecemburuan dengan kepuasan hubungan pada *emerging adult* yang berpacaran ($r = -.338$, $p < .01$), ditinjau dari dimensi kecemburuan romantis yaitu kognitif ($r = -.363$, $p < .01$) serta perilaku ($r = -.258$, $p < .01$) yang juga berkorelasi dengan kepuasan hubungan. Semakin tinggi kecemburuan *emerging adult*, semakin rendah kepuasan terhadap hubungan yang dijalaninya. Sedangkan dimensi emosi ditemukan tidak ada korelasi dengan kepuasan hubungan ($r = .000$, $p > .01$). Hasil temuan lain terkait dimensi kecemburuan serta kepuasan hubungan turut dibahas dalam penelitian ini.

Korespondensi tentang artikel ini dapat dialamatkan kepada Ancilla Ghislaine Orsley melalui e-mail: ancilla99@gmail.com dan Erni Julianti Simanjuntak melalui e-mail: erni.simanjuntak@uph.edu.

Kebutuhan untuk membangun relasi intim yang stabil merupakan salah satu tugas perkembangan yang harus dicapai oleh *emerging adult*. Tahap *emerging adulthood* merupakan tahap transisi dari perkembangan remaja akhir menuju dewasa yang dimulai pada usia 18-25 tahun (Arnett, 2000). Salah satu cara untuk melewati perkembangan psikososial ini adalah dengan menjalin hubungan romantis, yaitu hubungan berpacaran. Hubungan berpacaran dikatakan sebagai relasi intim antara dua individu dan sarana untuk menikmati kebersamaan dengan tujuan agar kedua individu dapat saling mempelajari mengenai tipe kepribadian, berinteraksi, kerja sama, mempertimbangkan sesuatu, serta bertanggung jawab sebelum memasuki jenjang pernikahan (Pratiwi & Lestari, 2017).

Keberhasilan dalam menjalani tugas tahap perkembangan ini akan menimbulkan kebahagiaan dan mengarahkan individu kepada keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangan pada fase selanjutnya. Sebaliknya, jika individu gagal

dalam melaksanakan tugas tahap perkembangannya, akan mengakibatkan individu terisolasi atau terasingkan dari lingkungannya, juga ketidakbahagiaan lalu kekacauan pada tugas perkembangan yang akan dijalani selanjutnya (Putri, 2019).

Masa dewasa awal merupakan masa dimana seseorang mencapai usia banyak masalah dan usia tegang dalam hal emosi (Henriques, 2008; Mappiare, 1983). Berbagai tuntutan serta kebutuhan baru yang harus dicapai dan dilaksanakan oleh *emerging adult* memicu masalah bermunculan dan meningkatnya ketegangan emosi, dimana ketegangan emosi ini ditunjukkan melalui ketakutan dan kekhawatiran. Mappiare, (1983) juga menambahkan, sebelum seseorang memasuki usia 27 tahun, masalah yang umumnya muncul adalah seputar hubungan romantis.

Pasangan yang berperilaku tertentu yang tidak sesuai dengan keinginan serta harapan individu, dapat menimbulkan konflik, penarikan diri, kecemasan sampai

perselingkuhan (Iskandar, 2017). Menurut survei mengenai kepuasan hubungan romantis yang dilakukan oleh Manampiring, (2014), dari 1.186 responden, ditemukan sebanyak 34% memiliki kepuasan hubungan di bawah rata-rata. Berdasarkan survei tersebut juga ditemukan sebanyak 55,5% responden yang berpacaran merasa “sangat menyesal” dan “lumayan menyesal” berada dalam hubungan yang dijalani saat ini. Definisi kepuasan adalah perasaan yang dialami individu saat keinginannya telah terpenuhi (Renanda, 2018; Tunisa & Damaiyanti, 2021). Kepuasan hubungan ditinjau dari dukungan emosional yang diberikan oleh pasangan sehingga individu merasa hubungan yang dijalani sama seperti yang diharapkan (Taylor et al., 2009; Tunisa & Damaiyanti, 2021). Dengan terpenuhinya kepuasan hubungan, diharapkan adanya kestabilan hubungan yang dapat menciptakan hubungan yang sehat dan bertahan dalam jangka waktu panjang (langgeng).

Namun, berada dalam hubungan berpacaran yang paling sehat sekalipun, tidak menutup kemungkinan bahwa dua orang didalamnya tidak mengalami masalah serta emosi negatif sama sekali (Baker et al., 2014). Terdapat berbagai macam alasan yang menyebabkan pasangan mengalami konflik bahkan berpisah (*break-up*/putus).

Fenomena kecemburuan umumnya dialami oleh sebagian besar pasangan dalam hubungan berpacaran, dimana Imaniar, (2017) dalam penelitiannya menemukan sebanyak 87,5% responden pernah mengalami kecemburuan dalam menjalani hubungan romantis. Setelah ditelusuri dari survei yang dilakukan Manampiring (2014), ditemukan bahwa sumber kedua tertinggi dari ketidakpuasan hubungan berpacaran adalah perhatian pasangan yang terpecah (dengan pekerjaan, hobi, teman-teman, orang ketiga dan lain-lain) yaitu sebanyak 29,6%.

Kecemburuan romantis adalah reaksi dari persepsi seseorang yang menilai suatu stimulus yaitu pihak ketiga yang sebagai ancaman terhadap hubungannya (Brehm, 1992). Dalam penelitian ini, yang dimaksud pihak ketiga adalah lawan jenis dari

pasangannya yang dianggap dapat mengancam posisi individu dalam hubungannya, serta ancaman yang dimaksud adalah ancaman akan kehilangan kasih sayang dari orang yang dianggap berharga (pasangannya) serta ketakutan akan posisinya yang tergantikan dengan orang lain (Strongman, 2003). Kecemburuan dapat muncul dalam konteks emosi (*emotional jealousy*), kognitif (*cognitive jealousy*) dan perilaku (*behavioral jealousy*) (Pfeiffer & Wong, 1989).

Dimensi emosi dari kecemburuan dialami sebagai respon akan suatu stimulus yang dipersepsikan oleh individu sebagai ancaman terhadap hubungannya yang ditunjukkan dengan perasaan atau emosi tertentu. Umumnya ditunjukkan dengan adanya perasaan marah, *insecure* (tidak aman), sedih atau takut, iri hati dan tidak berdaya. Emosi negatif seperti kemarahan, takut atau cemburu dapat menjadi ‘sinyal’ bagi individu untuk bereaksi terhadap ancaman yang ada (Baker et al., 2014).

Sedangkan dimensi kognitif dari kecemburuan ditunjukkan dengan munculnya pikiran negatif berupa kekhawatiran atau kecurigaan mengenai kemungkinan-kemungkinan dari stimulus tertentu yang dinilai sebagai ancaman. Dimensi ini mengukur pikiran atau kecurigaan yang dimiliki individu terhadap pasangannya berdasarkan apa yang dipersepsikan dan dipercayainya (Nurjannah, 2021). Dimensi kognitif dari kecemburuan dapat ditunjukkan dengan mencurigai pasangan memiliki ketertarikan dengan orang lain, atau mencurigai orang lain yang dianggap sebagai orang ketiga atau yang dianggap memiliki ketertarikan pada pasangannya.

Melalui adanya pikiran kecurigaan atau kekhawatiran, serta perasaan takut, marah, dapat cenderung tercermin melalui perilaku seseorang terhadap pasangannya. Dimensi perilaku dari kecemburuan merupakan kecemburuan berupa aksi detektif dan protektif terhadap pasangan serta orang lain yang dianggap mengancam kesejahteraan hubungannya. Dimensi perilaku dari kecemburuan ditunjukkan

dengan tindakan yang dilakukan individu untuk mencari tahu atau mencegah kemungkinan pasangan memiliki hubungan dengan orang lain yang dianggap sebagai ancaman (Nurjannah, 2021). Aksi detektif dapat ditunjukkan dengan memeriksa barang-barang pribadi milik pasangan. Sedangkan aksi protektif diartikan dengan perilaku intervensi dengan tujuan menghindari adanya kemungkinan terjadi kontak/hubungan intim antara pasangan dengan orang ketiga, termasuk mengunjungi pasangan secara tiba-tiba untuk mengetahui siapa yang sedang bersamanya (Pfeiffer & Wong, 1989).

Penelitian sebelumnya oleh Winata & Sannjaya (2020) menemukan bahwa kecemburuan merupakan salah satu faktor penyebab munculnya konflik yang dapat mengarah kepada perilaku kekerasan terhadap pasangan. Di sisi lain, kecemburuan ditemukan memberikan sumbangsih positif dalam keberlangsungan serta keberhasilan hubungan. Baker et al. (2014) menjelaskan bahwa mengekspresikan emosi negatif seperti kecemburuan, dapat membuat pasangan mampu meningkatkan pemahaman satu sama lain, keintiman, dan menjadi motivasi seseorang untuk menyelesaikan masalah di hubungan mereka, memperoleh dukungan, dan mengatur perilaku pasangan untuk menyelesaikan masalah hubungan dengan lebih baik. Henriques (2008) juga mengemukakan bahwa kecemburuan melibatkan perasaan kasih sayang serta perilaku protektif yang merupakan emosi positif. Penelitian lain yang dilakukan Utami & Novianti (2018), meneliti mengenai kecemburuan dengan kualitas hubungan di kalangan remaja usia 15-18 tahun. Di samping itu, mengembangkan hubungan interpersonal yang intim dan sehat merupakan tugas tahap perkembangan penting yang harus dicapai oleh *emerging adult* (Erikson 1963; Papalia et al., 2007). Maka pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara kecemburuan dengan kepuasan hubungan, khususnya pada *emerging adult* yang sedang menjalani hubungan berpacaran.

Kecemburuan pada dasarnya

berkaitan dengan reaksi individu terhadap stimulus yang dipersepsikan sebagai ancaman bagi hubungannya. Kecemburuan dapat memberikan dampak positif atau negatif pada hubungan berpacaran yang dijalani. Adanya kejujuran antar pasangan merupakan salah satu andil yang memberikan kepuasan hubungan (Iskandar, 2017). Di sisi lain, kebutuhan untuk membangun relasi romantis yang stabil membutuhkan hubungan timbal-balik antara dua orang yang berada dalam hubungan tersebut, dimana setiap individu membutuhkan orang lain untuk memenuhi kebutuhannya dan mencari yang terbaik (Iskandar, 2017). Dapat disimpulkan bahwa relasi romantis yang baik adalah dimana kedua individu saling berusaha memenuhi kebutuhan dan harapan masing-masing serta saling terbuka. Namun, tidak dapat dipungkiri adanya seseorang yang tidak memiliki intensi untuk memperbaiki diri atau menyelesaikan masalah dalam hubungan dengan baik, yang dimana hal ini dapat mempengaruhi kualitas hubungan.

Kepuasan hubungan didefinisikan sebagai derajat seberapa senang dan bahagia yang dirasakan individu terhadap hubungan berpacaran yang dijalannya yang menjadi kunci dari keberlangsungan hubungan (Horison, 2014), yang ditinjau dari terpenuhi atau tidaknya dukungan emosional yang diberikan oleh pasangan sehingga individu merasa hubungan yang dijalani sama seperti yang diharapkan (Taylor et al., 2009; Tunisa & Damaiyanti, 2021). Sesuai yang telah dijelaskan sebelumnya, kecemburuan merupakan bentuk reaksi negatif yang dapat menyebabkan konflik serta penarikan diri, serta bentuk reaksi positif yang bertujuan untuk menjaga kestabilan hubungan dari ancaman serta untuk melindungi posisi individu dalam hubungan tersebut. Dapat disimpulkan bahwa adanya kecemburuan akan mempengaruhi bagaimana individu mempersepsikan hubungannya. Isu seperti kecurigaan akan ketidaksetiaan pasangan (yang dapat muncul karena tidak terpenuhinya dukungan emosional dari pasangan) dapat mempengaruhi kepuasan seseorang terhadap hubungannya.

Begitupun dengan persepsi seberapa bahagia individu terhadap hubungan serta pasangannya, yang dapat mempengaruhi emosi, pikiran serta perilaku individu terhadap pasangannya. Kepuasan seseorang terhadap hubungannya (ditinjau dari terpenuhi atau tidaknya dukungan emosional dari pasangan) dapat mempengaruhi bagaimana individu kemudian mempersepsikan kesetiaan pasangannya terhadap dirinya serta hubungan yang dijalani. Ursila (2012) mengatakan bahwa kepuasan hubungan merupakan hal penting untuk dijaga karena merupakan salah satu indikator keberhasilan dari suatu hubungan.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat hubungan antara kecemburuan romantis dengan kepuasan hubungan pada *emerging adult* yang sedang menjalin hubungan berpacaran. Hipotesis dari penelitian ini antara lain:

H₀: Tidak terdapat hubungan antara kecemburuan romantis dengan kepuasan hubungan pada *emerging adult* yang berpacaran.

H₁: Terdapat hubungan antara kecemburuan romantis dengan kepuasan hubungan pada *emerging adult* yang berpacaran.

Metode

Partisipan

Pada penelitian ini, populasi yang ditentukan adalah individu *emerging adult* usia 18-25 tahun yang sedang menjalin hubungan berpacaran minimal 6 bulan, dengan sampel penelitian berjumlah 150 partisipan.

Sampel/Populasi

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling*, dengan teknik *purposive sampling*, karena adanya pertimbangan serta ciri-ciri tertentu untuk mencapai tujuan tertentu (Salmaa, 2021). Karakteristik dari sampel penelitian yang ada adalah berusia 18-25 tahun, serta sedang berada dalam hubungan berpacaran dengan usia hubungan > 6 bulan. Ditemukan

bahwa keterlibatan dan keseriusan antar pasangan akan lebih terlihat setelah hubungan berjalan selama 6 bulan (Ursila, 2012). Dengan pertimbangan tersebut, maka peneliti menetapkan karakteristik usia hubungan berpacaran > 6 bulan.

Pengumpulan data

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur variabel kecemburuan romantis adalah *Multidimensional Jealousy Scale (MJS)* yang merupakan hasil adaptasi oleh (Nurjannah, 2021). Kecemburuan diukur dari tiga dimensi kecemburuan romantis, yaitu kecemburuan dalam aspek kognitif, emosi serta perilaku dengan total 24 item. Keseluruhan item di dalam alat ukur ini bersifat *favorable* (mendukung). Tipe skala yang digunakan adalah menggunakan skala *Likert* 1-7 (1 = Sangat Senang; 7 = Sangat Kecewa) untuk dimensi emosi, sedangkan untuk dimensi kognitif & perilaku (1 = Tidak Pernah; 7 = Setiap Saat). Semakin tinggi skor total maka semakin tinggi pula kecemburuan individu, begitupun sebaliknya.

Kedua, instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur variabel kepuasan hubungan berpacaran adalah *Relationship Assessment Scale (RAS)* yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh (Horison, 2014). Alat ukur ini berisi 7 item, terdiri dari 5 item bersifat *favorable* (mendukung) dan 2 sisanya *unfavorable* (tidak mendukung). Tipe skala yang digunakan adalah menggunakan skala *Likert* 1-4. Skor kepuasan hubungan ditentukan skor total, dimana semakin tinggi skor berarti semakin tinggi kepuasan yang dirasakan responden, begitupun sebaliknya.

Setelah melakukan *try out*, peneliti kemudian mengambil data *field* (lapangan) dengan menyebarkan kuesioner berbentuk *google form* untuk diisi oleh responden sesuai karakteristik sampel yang telah ditentukan sebelumnya. Pengumpulan data dilaksanakan secara daring dengan mengirimkan *link google form* melalui aplikasi media sosial seperti *WhatsApp*, *Line*,

Instagram, LinkedIn dan lain sebagainya.

Analisis data

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Hal ini didasarkan pada pengukuran variabel terhadap responden individu dalam bentuk skor yang bersifat numerik, lalu kemudian dihitung dengan analisis statistik untuk mendapatkan kesimpulan dan interpretasi hasil. Setelah data lapangan dari responden terkumpul, peneliti mengolah serta menganalisa data tersebut menggunakan uji statistika korelasi *Spearman*.

Hasil

Partisipan penelitian ini berjumlah 150 partisipan, yang terdiri dari 49 (32.7%) laki-laki dan 101 (67.3%) perempuan yang sedang menjalani hubungan berpacaran minimal 6 bulan. Rata-rata usia partisipan adalah 21 tahun ($M = 21.28$, $SD = 1.61$) dengan jangkauan usia 18 – 25 tahun. Domisili terbanyak berasal dari Jakarta (45.3%) dan Tangerang (36%). Selain itu, mayoritas partisipan sedang menjalin hubungan berpacaran dalam rentang 6 bulan - 1 tahun yaitu sebanyak 41 partisipan (27.3%) dan 1-2 tahun yaitu sebanyak 38 partisipan (25.3%). Data demografis partisipan dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Demografi partisipan penelitian

Data Demografis	N	%
Jenis		
Pria	49	32.7
Kelamin		
Wanita	101	67.3
Usia		
18	6	4.0
19	7	4.7
20	21	14.0
21	76	50.7
22	17	11.3
23	4	2.7
24	5	3.3
25	14	9.3
Domisili		
Jakarta	68	45.3
Tangerang	54	36.0
Depok	4	2.7
Bogor	2	1.3

	Bekasi	4	2.7
	Lainnya	18	12.0
Lama	6 bulan–1 tahun	41	27.3
Hubungan	1–2 tahun	38	25.3
Berpacaran	2–3 tahun	28	18.7
	3–4 tahun	6	4.0
	4–5 tahun	19	12.7
	>5 tahun	18	12.0

Peneliti kemudian melakukan olah data lapangan yang diperoleh. Berdasarkan uji reliabilitas yang telah dilakukan, alat ukur *Multidimensional Jealousy Scale (MJS)* dengan dimensi emosi, kognitif dan perilaku memiliki nilai *Cronbach's Alpha* .791, .915 dan .744. Sedangkan alat ukur *Relationship Assessment Scale (RAS)* memiliki nilai *Cronbach's Alpha* .804 yang berarti kedua alat ukur ini memiliki nilai reliabilitas yang baik, yaitu > 0.6 (Ghozali, 2016). Untuk uji validitas, alat ukur *Multidimensional Jealousy Scale (MJS)* dimensi emosi memiliki rentang nilai *Corrected Item Total Correlation* .340 - .631, dimensi kognitif yang memiliki rentang nilai .525 - .803, serta dimensi perilaku yang memiliki rentang nilai .320 - .601. Sedangkan untuk alat ukur *Relationship Assessment Scale (RAS)*, memiliki rentang nilai .376 - .682. Kedua alat ukur ini dinilai memiliki validitas yang baik karena memiliki nilai *Corrected Item Total Correlation* > 0.2 (Sudirga, 2017). Lalu, peneliti juga melakukan uji statistik deskriptif yang dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil uji statistik deskriptif

Variabel	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>
Kecemburuan Romantis	83.85	17.99	41	139
<i>Emotional jealousy</i>	38.19	5.94	14	49
<i>Cognitive jealousy</i>	21.95	10.69	8	56
<i>Behavioral jealousy</i>	23.71	7.44	10	52
Kepuasan Hubungan	23.39	3.21	12	28

Berdasarkan hasil analisis deskriptif alat ukur *Multidimensional Jealousy Scale (MJS)*, diperoleh nilai rata-rata untuk kecemburuan romantis secara keseluruhan sebesar $M = 83.85$, dengan nilai minimum sebesar 41 dan nilai maksimum sebesar 139.

Untuk dimensi kecemburuan emosi diperoleh nilai rata-rata sebesar $M = 38.19$, dengan nilai minimum sebesar 14 dan nilai maksimum sebesar 49. Untuk dimensi kognitif nilai rata-rata diperoleh sebesar $M = 21.95$ dengan nilai minimum sebesar 8 dan nilai maksimum sebesar 56. Lalu untuk dimensi perilaku diperoleh nilai rata-rata sebesar $M = 23.71$ dengan nilai minimum sebesar 10 dan nilai maksimum sebesar 52. Sedangkan hasil analisis deskriptif untuk alat ukur *Relationship Assessment Scale (RAS)* memperoleh nilai rata-rata sebesar $M = 27.01$, dengan nilai minimum sebesar 12 dan nilai maksimum sebesar 28.

Kemudian, peneliti juga melakukan uji normalitas terhadap masing-masing dimensi dari kedua alat ukur yang digunakan. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil uji normalitas

Alat Ukur	Dimensi	Kolmogorov Smirnov (p-value)
Multidimensional Jealousy Scale (MJS)	Emotional jealousy	0.000
	Cognitive jealousy	0.000
	Behavioral jealousy	0.001
Relationship Assessment Scale (RAS)		0.000

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa seluruh variabel memiliki nilai $p\text{-value} < .05$ sehingga data dalam penelitian ini disimpulkan tidak berdistribusi normal.

Dikarenakan data tidak berdistribusi normal, maka itu pengujian hipotesis peneliti menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho*. Hasil uji korelasi dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil uji korelasi *spearman's rho*

Variabel	1	2	3	4	5
1. KR	-				
2. EJ	.542**	-			
3. CJ	.826**	.195*	-		
4. BJ	.736**	.244**	.442**	-	

5. KH	-	.000	-.363**	-.258**	-
	.338**				

Keterangan: * $p < .05$; ** $p < .01$; KR: Kecemburuan romantis; EJ: *Emotional jealousy*; CJ: *Cognitive jealousy*; BJ: *Behavioral jealousy*; KH: Kepuasan hubungan

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh korelasi negatif yang signifikan antara *romantic jealousy* dengan kepuasan hubungan ($r = -.338$, $p < .01$), dimana dapat disimpulkan terdapat hubungan antara kecemburuan romantis dengan kepuasan hubungan, dengan koefisien korelasi negatif yang artinya ketika *romantic jealousy* meningkat, maka kepuasan hubungan akan menurun, begitu pula sebaliknya. Dengan hasil ini maka hipotesis penelitian diterima.

Untuk uji korelasi antar dimensi darinkecemburuan romantis, ditemukan bahwa dimensi *emotional jealousy* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan ($r = .000$, $p > .01$). Sedangkan dimensi *cognitive jealousy* ditemukan memiliki korelasi negatif yang signifikan ($r = -.363$, $p < .01$) dengan kepuasan hubungan, yang berarti ketika *cognitive jealousy* meningkat, maka kepuasan hubungan akan menurun, begitupun sebaliknya. Demikian hal nya dengan dimensi *behavioral jealousy* ditemukan berkorelasi negatif negatif yang signifikan ($r = -.258$, $p < .01$), dengan kepuasan hubungan, dimana ketika *behavioral jealousy* meningkat, maka kepuasan hubungan akan menurun, begitupun sebaliknya.

Peneliti juga melakukan analisis tambahan terkait kecemburuan dan kepuasan hubungan yang dikaitkan dengan data demografis yang didapatkan. Uji beda dilakukan terhadap kedua variabel pada kelompok jenis kelamin menggunakan uji statistika *Mann-Whitney* dan *Kruskal Wallis* berdasarakan lama hubungan berpacaran. Hasil analisis uji beda tertera pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil uji beda variabel ditinjau dari jenis kelamin

	Jenis Kelamin	N	Mean Rank	Asymp. Sig.
KR	Laki-laki	49	64.31	.028

	Perempuan	101	80.93	
<i>EJ</i>	Laki-laki	49	62.14	.009
	Perempuan	101	81.98	
<i>CJ</i>	Laki-laki	49	66.73	.085
	Perempuan	101	79.75	
<i>BJ</i>	Laki-laki	49	79.26	.460
	Perempuan	101	73.68	
<i>KH</i>	Laki-laki	49	80.37	.337
	Perempuan	101	73.14	

Keterangan: KR: Kecemburuan romantis; *EJ*: *Emotional jealousy*; *CJ*: *Cognitive jealousy*; *BJ*: *Behavioral jealousy*; KH: Kepuasan hubungan

Ditinjau dari hasil uji beda kedua variabel berdasarkan jenis kelamin, ditemukan terdapat perbedaan kecemburuan romantis secara keseluruhan yang signifikan antara laki-laki dengan perempuan ($p = .028$, $p < .05$), dimana perempuan cenderung memiliki kecemburuan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Selain itu, juga ditemukan terdapat perbedaan *emotional jealousy* yang signifikan antara laki-laki & perempuan ($p = .009$, $p < .05$), dimana perempuan cenderung memiliki *emotional jealousy* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Pada dimensi kecemburuan romantis lainnya, ditemukan tidak terdapat perbedaan *cognitive jealousy* maupun *behavioral jealousy* antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan ($p > .05$). Begitupun juga pada variabel kepuasan hubungan, tidak ditemukan ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan.

Hasil uji beda selanjutnya menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan pada kecemburuan romantis dan kepuasan hubungan jika ditinjau berdasarkan lama hubungan berpacaran ($p > .05$) seperti yang disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hasil uji beda variabel ditinjau dari lama hubungan berpacaran

		Uji Beda		
		<i>Kruskall Wallis H</i>	<i>df</i>	<i>Asymp. Sig.</i>
Lama Hubungan Berpacaran	KR	6.701	5	.229
	<i>EJ</i>	9.894	5	.078
	<i>CJ</i>	3.428	5	.634
	<i>BJ</i>	5.012	5	.414
	KH	6.979	5	.222

Keterangan: KR: Kecemburuan romantis; *EJ*: *Emotional jealousy*; *CJ*: *Cognitive jealousy*; *BJ*: *Behavioral jealousy*; KH: Kepuasan hubungan

Terakhir, peneliti melakukan kategorisasi data penelitian, yang akan digunakan sebagai acuan dalam pengelompokan skor partisipan penelitian pada kedua alat ukur variabel penelitian ini, yaitu kecemburuan romantis (*MJS*) dan kepuasan hubungan (*RAS*). Dari hasil perhitungan skor hipotetik, kategorisasi untuk kedua alat ukur ini dibagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Gambaran kategorisasi skor partisipan penelitian dapat dilihat pada Tabel 7. Hasil pengelompokan menunjukkan mayoritas responden mengalami kecemburuan romantis di kategori sedang, yaitu sebanyak 112 (75%) responden. Sedangkan untuk kepuasan hubungan, ditemukan mayoritas responden memiliki kepuasan hubungan kategori tinggi, yaitu sebanyak 108 (72%) responden.

Tabel 7. Kategorisasi data penelitian

Variabel	Kategori	Jumlah Partisipan (%)
KR	Rendah	29 (19%)
	Sedang	112 (75%)
	Tinggi	9 (6%)
	Total	150 (100%)
KH	Rendah	1 (1%)
	Sedang	41 (27%)
	Tinggi	108 (72%)
	Total	150 (100%)

Keterangan: KR: Kecemburuan romantis; KH: Kepuasan hubungan

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat hubungan signifikan yang berkorelasi negatif antara kecemburuan romantis dengan kepuasan hubungan pada individu *emerging adult* yang sedang menjalani hubungan berpacaran ($r = -.338$, $p < .01$). Hal ini mengindikasikan bahwa ketika kecemburuan *emerging adult* semakin meningkat, maka kepuasan hubungannya akan menurun. Sebaliknya,

semakin rendah kecemburuan *emerging adult* maka kepuasan hubungannya akan meningkat. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Utami & Novianti, 2018) munculnya perasaan cemburu dapat berdampak pada kualitas hubungan yang menurun, pemicu hubungan yang tidak sehat juga kegagalan atau perpecahan hubungan.

Sekalipun seseorang menyadari bahwa hubungannya akan dapat terus 'berlanjut' dengan adanya orang ketiga yang dianggap sebagai ancaman, tetapi individu yang mengalami kecemburuan akan merasa tertekan, karena adanya perspektif bahwa pasangan 'membagi' perasaan mereka dengan orang lain (Nugroho, 2010), hal ini yang kemudian menyebabkan kecemburuan dapat mempengaruhi kepuasan seseorang terhadap hubungannya, begitupun juga sebaliknya. Secara umum, dapat disimpulkan dimana semakin sering seseorang mempersepsikan hubungannya 'terancam' atau adanya pihak ketiga yang berusaha menggantikan dirinya, hal ini akan menurunkan kepuasan hubungannya, yang disebabkan oleh menurunnya kepercayaan serta keyakinan individu terhadap pasangan serta hubungannya. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Nurjannah, 2021), dimana hilangnya *trust* (kepercayaan) merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perasaan kecemburuan. Hal tersebut sejalan dengan karakteristik seseorang yang tidak merasa puas dengan hubungannya, dimana ia akan terus merasa curiga pada pasangannya serta merasa tidak diprioritaskan dengan adanya orang ketiga (Septia, 2017).

Sebaliknya, seseorang yang merasa puas dengan hubungannya akan benar-benar merasakan peran pasangannya dalam aspek kehidupannya, sehingga membuatnya merasa hubungan yang dijalannya memberikan manfaat baginya (Utami & Novianti, 2018), hal ini termasuk kontribusi pasangan (dukungan, perhatian, dan lain-lain) yang kemudian menumbuhkan keyakinan dan kepercayaan seseorang pada pasangannya. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh (Armina, 2018) bahwa

dalam hubungan berpacaran umumnya seseorang memiliki tujuan dan harapan yang ingin dicapai, sehingga individu tersebut dapat merasa puas akan hubungan yang dijalani ketika tujuan dan harapan yang diinginkan tercapai. Didukung oleh (Iskandar, 2017), baik laki-laki maupun perempuan, keduanya mengaku memiliki keinginan untuk memulai hubungan berlandaskan oleh ekspektasi akan perhatian dari pasangannya. Dengan demikian, seorang *emerging adult* yang puas dengan hubungannya, tidak merasa perlu untuk berpikir curiga juga melakukan aksi detektif dan protektif pada pasangannya.

Emerging adult yang merasa cemburu, umumnya akan merasa dikhianati, tidak diprioritaskan serta tidak diperhatikan, maka pada akhirnya persepsinya pada pasangan dan hubungannya juga akan berubah menjadi negatif. Dalam kata lain, ketika seseorang merasa hubungannya tidak lagi memberikan manfaat, kepuasannya akan menurun. Hal tersebut sejalan dengan penelitian ini dimana meningkatnya kecemburuan akan menurunkan kepuasan hubungan, yang dapat ditinjau dari cakupan kecemburuan romantis yaitu *cognitive* serta *behavioral jealousy* yang juga berkorelasi negatif dengan kepuasan hubungan. Dalam arti, semakin besar harapan *emerging adult* tidak terpenuhi dalam hubungannya, akan cenderung menunjukkan kecemburuan kognitif, ditandai dengan berpikir curiga atau negatif, serta melakukan *behavioral jealousy* yang ditunjukkan dengan aksi detektif & protektif terhadap pasangannya. Nurjannah (2021) juga mengemukakan bahwa seseorang dengan kecemburuan (terutama kecemburuan yang cenderung tinggi) akan berpotensi merusak kualitas hubungan yang dijalani, dimana hal ini dapat memicu terjadinya berbagai bentuk konflik dan kekerasan, serta berakhirnya suatu hubungan.

Melalui hasil kategorisasi data, ditemukan bahwa mayoritas responden penelitian ini, yaitu sebanyak 75% mengalami kecemburuan dalam kategori sedang, dimana artinya kecemburuan merupakan hal umum dan wajar yang dialami oleh *emerging adult* yang berpacaran.

Meskipun hasil penelitian ini menunjukkan kecemburuan memiliki korelasi negatif dengan kepuasan hubungan, namun juga menunjukkan bahwa kecemburuan merupakan sesuatu yang diperlukan dalam suatu hubungan. Dimana kecemburuan yang dapat ditolerir adalah keinginan akan kepastian bahwa tidak ada orang lain yang menggantikan posisi individu tersebut. Sedangkan kecemburuan dalam kategori buruk dapat menjadi sebuah perilaku mengontrol dan kecurigaan bahkan sampai melakukan kekerasan emosional dan fisik (Smith, 2018; Devlia, 2021). Didukung oleh Ryaningsih (2014) yang dalam penelitiannya pada pasangan usia 18-40 tahun menemukan bahwa kecemburuan pada tingkat yang rendah meningkatkan keintiman yang ditinjau sebagai bentuk kasih sayang terhadap pasangan. Sedangkan kecemburuan yang tinggi atau intens dapat menghancurkan hubungan itu sendiri.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Rodriguez et. al., (2015); Utami & Novianti, (2018) yang menemukan bahwa dimensi kognitif & perilaku berkorelasi secara negatif dengan komitmen seseorang terhadap hubungannya. Dimensi kognitif ($r = -.363, p < .01$) sendiri menitikberatkan pada pikiran yang berupa kecurigaan & kekhawatiran seseorang akan ketidaksetiaan pasangannya. Dimana semakin individu menunjukkan kecurigaan dan kekhawatiran akan ketidaksetiaan pasangannya, akan semakin rendah kepuasan individu terhadap hubungannya, artinya semakin juga individu tidak merasakan manfaat dari hubungan yang ia jalani (Utami & Novianti, 2018). Pikiran-pikiran negatif berupa kecurigaan dan kekhawatiran menimbulkan persepsi-persepsi tertentu yang kemudian akan mempengaruhi kepuasan seseorang terhadap hubungannya. Salah satu contoh item yang mengukur dimensi kognitif adalah “Saya mencurigai pasangan mungkin tertarik pada pria/wanita lain”, yang artinya semakin sering individu berpikir bahwa pasangannya mungkin memiliki ketertarikan pada orang lain, akan semakin rendah kecenderungan individu untuk merasa puas dengan hubungannya. Begitupun juga sebaliknya,

semakin jarang individu mencurigai pasangannya memiliki ketertarikan pada orang lain, semakin tinggi kecenderungan individu untuk merasa puas dengan hubungannya. Dalam arti, semakin puas individu dengan hubungan serta pasangannya, akan lebih cenderung untuk tidak berpikir curiga terhadap adanya ketidaksetiaan dari pasangannya, juga tidak cenderung untuk khawatir posisinya akan tergantikan oleh pihak ketiga.

Sedangkan dimensi perilaku ($r = -.258, p < .01$) sendiri ditunjukkan dengan aksi detektif & protektif yang akan dilakukan seseorang ketika merasakan adanya ancaman dalam hubungannya. Salah satu contoh item yang mengukur dimensi perilaku adalah “Saya menelepon pasangan secara tiba-tiba hanya untuk memastikan keberadaannya” atau “Saya memeriksa tas, dompet atau saku pasangan saya”. Dimensi perilaku ini ditemukan memiliki hubungan yang signifikan dengan kepuasan hubungan, yang artinya semakin sering individu melakukan aksi detektif dan protektif pada pasangannya seperti menelepon pasangan secara tiba-tiba atau memeriksa barang-barang pribadi pasangannya, semakin rendah kecenderungan individu untuk merasa puas dengan hubungannya. Begitupun juga sebaliknya, semakin jarang individu melakukan aksi detektif dan protektif, semakin tinggi kecenderungan individu untuk merasa puas dengan hubungannya. Dalam arti, semakin individu merasa puas dengan hubungan serta pasangannya, akan lebih cenderung untuk tidak melakukan aksi detektif & protektif pada pasangan mereka, dengan tidak adanya perasaan atau pikiran bahwa hubungannya dalam kondisi terancam.

Dimensi *emotional jealousy* sendiri ditemukan tidak memiliki hubungan dengan kepuasan hubungan ($r = .000, p > .01$). Dimensi emosi ini ditunjukkan dengan emosi negatif seperti marah, takut serta sedih yang dialami oleh individu akibat adanya ancaman terhadap hubungan berpacaran yang sedang dijalaninya. Dimensi ini ditemukan memiliki nilai rata-rata skor tertinggi dibandingkan kedua dimensi kecemburuan yang lain ($M = 38.19$), dimana hampir semua item dalam

dimensi emosi dijawab “Sangat Kecewa” (skala 7) oleh mayoritas responden. Responden melaporkan bahwa mereka akan merasa “Sangat Kecewa” ketika (1) Pasangan menunjukkan ketertarikan besar saat berbicara dengan pria/wanita lain; (2) Pria/wanita lain berusaha mendekati pasangan saya setiap saat; (3) Pasangan saya bersentuhan secara romantis dengan pria/wanita lain. Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa semakin seorang *emerging adult* mengalami perasaan kecemburuan, belum berarti ia memiliki kepuasan hubungan yang rendah. Baik *emerging adult* yang memiliki kepuasan terhadap hubungan yang tinggi maupun rendah pun dapat berpotensi merasakan *emotional jealousy*, dimana mayoritas *emerging adult* akan merasa “Sangat Kecewa” ketika pasangan melakukan ketiga perilaku di atas. Hasil penelitian ini menunjukkan, dalam suatu hubungan berpacaran pasti akan ada gejolak emosi yang dirasakan oleh kedua orang dalam hubungan tersebut, baik perasaan senang misalnya ketika pasangan memberikan perhatian dan dukungan, atau sedih misalnya ketika pasangan memiliki kesibukan lain (pekerjaan, hobi, teman-teman, keluarga) yang menyita perhatiannya dari individu (Manampiring, 2014). Gejolak emosi juga dapat timbul seperti misalnya individu akan merasa kecewa atau marah ketika terjadi perbedaan pendapat dengan pasangan. Isu-isu di atas dalam hubungan berpacaran terkait emosi dan perasaan terjadi terlepas dari individu merasakan *emotional jealousy* atau tidak. Begitupun juga dengan derajat seberapa bahagia dan puas *emerging adult* terhadap hubungannya yang tidak mengindikasikan bahwa kemudian mereka menjadi tidak takut, marah atau sedih dengan adanya ancaman dalam hubungan yang dijalannya, dimana kepuasan hubungan ini tidak dipengaruhi oleh munculnya gejolak emosi tadi, khususnya oleh *emotional jealousy*. Dayakisni & Hudaniah (2015); Ilmi (2018) menemukan bahwa kecemburuan emosi merupakan suatu konsekuensi yang umumnya akan harus dihadapi ketika dua orang memutuskan

untuk menjalin hubungan romantis. Sehingga dapat dijelaskan bahwa *emotional jealousy* yang tidak berkorelasi signifikan dengan kepuasan hubungan disebabkan oleh adanya faktor-faktor lain yang mempengaruhi kepuasan hubungan. Faktor tersebut termasuk pola *attachment insecure* yang ditemukan berkorelasi negatif dengan kepuasan hubungan, mereka yang memiliki pola *attachment* ini dinilai mengalami kesulitan dalam menikmati hubungan yang dijalani, dikarenakan individu disibukkan oleh peningkatan konflik yang dirasakan sebagai ancaman terhadap hubungannya (Riza, 2018).

Baik perempuan maupun laki-laki yang sedang berada dalam tahap *emerging adulthood*, sama-sama menghadapi tuntutan dan kebutuhan yang sama, yaitu menjalin hubungan berpacaran yang intim dan mendalam sebagai tahap awal dalam hubungan pernikahan juga membentuk keluarga (Mappiare, 1983). Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa gejolak emosi, khususnya *emotional jealousy* (umumnya) akan ada dan dialami oleh *emerging adult* yang menjalani hubungan berpacaran, dikarenakan berbagai macam isu seperti perbedaan pendapat antar pasangan, atau adanya perasaan takut akan kehilangan pasangan mereka oleh pihak ketiga, yang terjadi bersamaan di samping tekanan untuk memenuhi tugas perkembangan dan kebutuhan yang ada, yaitu menjalin relasi romantis yang *secure* (aman) dan kuat dengan orang lain. Keberhasilan tugas tahap perkembangan ini penting karena menentukan keberhasilan *emerging adult* dalam mencapai tugas tahap perkembangan fase selanjutnya (Putri, 2019). Hal ini menjelaskan terlepas dari puas atau tidaknya seseorang dengan hubungannya, *emerging adult* yang berpacaran akan cenderung bereaksi secara emosi (merasa marah, sedih, kecewa) ketika misalnya kehilangan perhatian dan kasih sayang dari pasangannya karena orang ketiga, dalam konteks ini lawan jenis pasangan yang dianggap individu sebagai ancaman. Selain itu, Arnett (2000) juga menyebutkan bahwa tahap *emerging adulthood* ini memberikan dampak

perubahan pada kehidupan, khususnya dalam aspek hubungan percintaan, yang umumnya perubahan tersebut mengakibatkan ketidakstabilan dalam kehidupan *emerging adult*, yang meliputi timbulnya emosi-emosi negatif khususnya dalam hubungan romantis. Sejalan dengan salah satu karakteristik seorang dewasa awal yaitu tegang dalam hal emosi (Mappiare, 1983), dimana adanya stimulus dan perubahan-perubahan tertentu dapat memicu timbulnya gejala emosi pada *emerging adult*.

Berdasarkan hasil penelitian tambahan, ditemukan adanya perbedaan *emotional jealousy* serta kecemburuan secara keseluruhan pada laki-laki dan perempuan ($p < .05$). Diperoleh bahwa perempuan ($Me = 81.98$) cenderung mengalami *emotional jealousy* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki ($Me = 62.14$). Selain itu, dalam kecemburuan secara keseluruhan juga ditemukan bahwa perempuan ($Me = 80.93$) cenderung mengalami kecemburuan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki ($Me = 64.31$). Hal ini kemungkinan dapat disebabkan karena perempuan lebih cenderung menunjukkan tanda-tanda emosional dan sentimen yang kuat dibandingkan dengan laki-laki (Henriques, 2008). Dalam konteks budaya, perbedaan peran & fungsi gender antara laki-laki dan perempuan dapat menimbulkan perbedaan bagaimana kedua gender kemudian berespon/bereaksi terhadap suatu ancaman, dalam konteks ini kecemburuan. Contohnya, perempuan yang dianggap pribadi yang lebih emosional dan lemah lembut, atau laki-laki dianggap lebih rasional dan kuat, akan mempengaruhi bagaimana perempuan atau laki-laki dalam memproses serta merespon kecemburuan. Didukung oleh Brehm (1992; Henriques (2008), laki-laki akan cenderung menyangkal ketika merasakan kecemburuan, sedangkan perempuan akan cenderung lebih mengakui ketika mengalami cemburu. Perempuan juga dikatakan cenderung merasakan *emotional jealousy* lebih tinggi karena adanya perasaan takut lebih tinggi untuk membangun relasi romantis baru bersama orang lain. Namun, dalam penelitian ini tidak dapat dijelaskan lebih

lanjut mengenai penyebab perbedaan *emotional jealousy* antara laki-laki dan perempuan, dikarenakan keterbatasan penelitian ini yaitu data yang dikumpulkan tidak cukup untuk melakukan analisis mendalam.

Untuk dimensi kognitif dan perilaku dari kecemburuan, ditemukan tidak ada perbedaan signifikan antara kelompok jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Begitupun variabel kepuasan hubungan, ditemukan tidak ada perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan ($p > .05$). Dalam uji beda kedua variabel berdasarkan kelompok lama hubungan berpacaran, juga ditemukan tidak ada perbedaan ($p > .05$).

Simpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pada *emerging adult* yang berpacaran, kecemburuan romantis berhubungan negatif dengan kepuasan hubungan. Hal ini menunjukkan bahwa kecemburuan romantis yang ditandai dengan kecurigaan, khawatir atau melakukan aksi detektif dan protektif pada pasangannya akan cenderung menurunkan kepuasan hubungan. Demikian sebaliknya kurangnya kepuasan hubungan dalam berpacaran akan mengindikasikan adanya kecemburuan-kecemburuan romantis yang semakin tinggi.

Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari sempurna dan memiliki keterbatasan. Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan serta kesimpulan yang telah dikemukakan, berikut merupakan saran yang dapat diberikan peneliti.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk menambahkan aspek demografis yang dikumpulkan. Contohnya, tipe hubungan yang dijalani (hubungan jarak jauh atau dekat), serta frekuensi pertemuan dengan pasangan atau aspek lainnya yang dapat mempengaruhi atau digunakan sebagai pendukung hasil analisa yang lebih mendalam. Selain itu, dengan tidak

terpenuhinya syarat normalitas pada kedua variabel, hasil yang diperoleh dalam penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan. Maka itu dalam penelitian selanjutnya disarankan untuk menambah target jumlah partisipan, agar data demografi partisipan yang didapatkan lebih merata dan seimbang. Selanjutnya, disarankan untuk berhati-hati dalam pelaksanaan pengambilan data secara teknis, terutama jika pengambilan data dilakukan melalui *online* seperti penelitian ini. Hal yang dapat dilakukan untuk mengontrol keabsahan data adalah melalui penekanan pada *informed consent*, dimana pengisian kuesioner bergantung pada persepsi responden sendiri terhadap hubungan romantis yang dijalannya, sehingga sebaiknya dilakukan secara mandiri, agar jawaban responden sebaik mungkin tidak dipengaruhi oleh lingkungan sekitar atau tuntutan sosial. Selain itu, disarankan untuk tidak menyebutkan judul penelitian dalam kuesioner dan hanya menjelaskan tujuan dari penelitian ini secara umum. Lalu, melihat kemungkinan adanya pengaruh dari variabel lain seperti pola *attachment* terhadap munculnya kecemburuan juga kepuasan hubungan, disarankan untuk meneliti lebih lanjut mengenai variabel ini dalam penelitian selanjutnya.

Berkaca dari hasil penelitian yang menunjukkan kecemburuan partisipan *emerging adult* mayoritas berada dalam kategori sedang, serta pentingnya memenuhi dukungan emosional untuk pasangan, yang menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemburuan dan kepuasan hubungan, disarankan untuk membangun rasa *secure* (aman) antar pasangan, yang dapat dilakukan melalui menjaga keterbukaan, komunikasi yang baik serta komitmen pada pasangan, sehingga pasangan dapat merasa *secure* (aman) dalam menjalani relasi tersebut. Berdasarkan hasil juga ditemukan bahwa *cognitive jealousy* dan *behavioral jealousy* memiliki hubungan yang berkorelasi negatif dengan kepuasan hubungan, maka disarankan untuk selalu menjaga transparansi atau keterbukaan dengan pasangan, yaitu dengan menjaga komunikasi dua arah yang baik. Terakhir,

melalui hasil yang menunjukkan *emerging adult* lebih rentan mengalami *emotional jealousy*, disarankan untuk mempersiapkan diri sebelum berkomitmen untuk menjalin hubungan romantis dengan orang lain. Persiapan diri dapat dilakukan dengan mengikuti program atau pelatihan yang berkaitan dengan pengembangan kemampuan dalam berhubungan atau berinteraksi dengan pasangan, dengan harapan dan tujuan *emerging adult* dapat mengkomunikasikan emosi negatif yang dialami secara efektif.

Daftar Pustaka

- Armina, S. N. (2018). Hubungan antara perilaku seksual dengan kepuasan hubungan berpacaran pada mahasiswa. *Unika Soegijapranata Semarang*. <http://repository.unika.ac.id/17290/2/13.40.0106%20SESARIA%20NUR%20ARMINA%20%287.05%29.BAB%20I.pdf>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5). <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Baker, L. R., McNulty, J. K., & Overall, N. C. (2014). When negative emotions benefit close relationships. In *The positive side of negative emotions*.
- Brehm, S. S. (1992). Intimate relationships (2nd ed.). In *The McGraw-Hill series in social psychology*.
- Devlia, E. (2021). Pengaruh tipe kelekatan dengan kecemburuan pada orang yang berpasangan. <http://repository.unj.ac.id/14336/2/BA%20I.pdf>
- Henriques, T. D. (2008). Perbedaan tingkat kecemburuan terhadap pasangan antara wanita dan pria usia dewasa awal. *Universitas Sanata Dharma*. https://repository.usd.ac.id/1732/2/029114007_Full.pdf

- Horison, C. (2014). *Hubungan komponen cinta sternberg dengan kepuasan hubungan romantis pada dunia maya dan dunia nyata*. <https://docplayer.info/41751860-Hubungan-komponen-cinta-sternberg-dengan-kepuasan-hubungan-romantis-pada-dunia-maya-dan-dunia-nyata-skripsi-diajukan-untuk-memenuhi-persyaratan.html>
- Ilmi, L. (2018). *Hubungan antara ketergantungan emosional dengan romantic jealous pada pasangan menikah*. http://digilib.uinsby.ac.id/24444/7/Lailatul%20Ilmi_J71214061.pdf
- Imaniar, A. (2017). Pengaruh kecemburuan dan romantic beliefs terhadap kepuasan hubungan pada dewasa awal yang menjalin hubungan jarak jauh di kota bandung. *Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Iskandar, L. (2017). *Hubungan antara kepuasan hubungan romantis dengan intensi berselingkuh pada mahasiswa*. https://repository.usd.ac.id/12095/2/119114029_full.pdf
- Manampiring, H. (2014). *Laporan survey kepuasan pasangan 2014*. <https://henrymanampiring.com/2014/01/05/laporan-survey-kepuasan-pasangan-2014/>
- Mappiare, A. (1983). *Psikologi orang dewasa bagi penyesuaian dan pendidikan*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Nugroho, A. W. (2010). *Perbedaan tingkat kecemburuan antara laki-laki dan perempuan dewasa awal yang sedang berpacaran*. https://repository.usd.ac.id/28281/2/029114050_Full%5B1%5D.pdf
- Nurjannah, A. P. (2021). *Pengaruh trust terhadap jealousy pada emerging adults yang menjalani long-distance relationship*. <https://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/41928/161301190.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2007). *Human development*, 10th ed. In *Human development, 10th ed.*
- Pfeiffer, S. M., & Wong, P. T. P. (1989). *Multidimensional jealousy. Journal of Social and Personal Relationships*, 6(2). <https://doi.org/10.1177/026540758900600203>
- Pratiwi, N. M. A. Y., & Lestari, M. D. (2017). Perbedaan kualitas komunikasi antara individu dewasa awal yang berpacaran jarak jauh dan jarak dekat di denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1). <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p14>
- Putri, N. H. (2019, August). *Kenali manfaat pacaran yang baik untuk kesehatan*. SehatQ. <https://www.sehatq.com/artikel/ternyata-ada-manfaat-pacaran-untuk-kesehatan>
- Renanda, S. (2018). Hubungan kelekatan dan kepuasan hubungan romantis pada mahasiswa politeknik kesehatan dr. soepraoen malang yang di mediasi oleh kepercayaan. *Jurnal Ecopsy*, 5(1). <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v5i1.4882>
- Riza, W. L. (2018). Asosiasi antara attachment styles dalam hubungan romantis pada relationship satisfaction (kepuasan dalam suatu hubungan). *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 3(1). <https://doi.org/10.36805/psikologi.v3i1.707>
- Ryaningsih, R. , B. (2014). *Tingkat kecemburuan pada pasangan muda ditinjau dari gaya kelekatan romantis dan kematangan emosi di Dusun Getas Kecamatan Jaten Kabupaten Karanganyar*. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/36246/Tingkat-Kecemburuan-pada-Pasangan-Muda-Ditinjau-dari-Gaya->

[Kelekatan-Romantis-dan-Kematangan-Emosi-di-Dusun-Getas-Kecamatan-Jaten-Kabupaten-Karanganyar](#)

<https://doi.org/https://doi.org/10.35814/mindset.v11i01.1304>

Salmaa. (2021, July 21). *Purposive sampling: pengertian, jenis-jenis, dan contoh yang baik dan benar*. Penerbit Deepublish.

https://penerbitdeepublish.com/purposive-sampling/#Arikunto_2006

Septia, U. (2017, August 31). *5 tanda hubungan asmara tidak memuaskan*. Liputan6.Com.

<https://www.liputan6.com/health/read/3075666/5-tanda-hubungan-asmara-tidak-memuaskan>

Strongman, K. T. (2003). The psychology of emotion: from everyday life to theory. In *Wiley* (Issue 5).

Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). Psikologi sosial. In *Prenada Media Group* (Vol. 12).

Tunisa, S. F. A., & Damaiyanti, M. (2021). Hubungan antara Kepuasan dalam Pacaran dengan Perilaku Kekerasan dalam Pacaran pada Remaja di Kota Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 2(2).

Ursila, F. M. (2012). Hubungan antara kepuasan hubungan romantis dan psychological well-being pada mahasiswa yang berpacaran. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34(1).

Utami, R. D., & Novianti, L. E. (2018). Hubungan kecemburuan dengan kualitas hubungan romantis remaja pengguna instagram usia 15-18 tahun yang berpacaran. *Journal of Psychological Science and Profession*, 2(1).

<https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i1.17067>

Winata, V. V., & Sannjaya, E. L. (2020). Peran jealousy terhadap perilaku cyber dating violence pada individu yang menjalani hubungan jarak jauh. *Mind Set*, 11(1).