

PERSAHABATAN LAWAN JENIS TERHADAP PREFERENSI PERILAKU WANITA DEWASA AWAL DALAM PERSPEKTIF KONSTRUKSI SOSIAL

Received : 15-09-2025 Revised : 24-09-2025 Accepted : 18-11-2025

Aprianus Paskalius Taboen¹, Imelda Nahak², Petrus Selestinus Mite³, Jacklin Stefany Manafe⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Sosiologi FISIP Universitas Nusa Cendana

email: aprianus_taboen@staf.undana.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan memahami bagaimana persahabatan lawan jenis membentuk pemaknaan dan preferensi perilaku perempuan dewasa awal melalui proses konstruksi sosial. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis, penelitian ini melibatkan enam perempuan berusia 20–30 tahun dari Pontianak, Jakarta, dan Kupang yang memiliki pengalaman persahabatan intens dengan sahabat pria. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, serta telaah interaksi digital, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik Braun dan Clarke. Hasil penelitian menunjukkan bahwa interaksi lintas gender menjadi arena terbentuknya pola pikir yang lebih rasional, peningkatan kemandirian dalam pengambilan keputusan, dan penyesuaian gaya komunikasi yang lebih lugas. Proses resosialisasi nilai tampak ketika perempuan mengadopsi pola berpikir sistematis, strategi komunikasi terstruktur, dan memperoleh pemahaman baru mengenai dinamika relasi romantis. Namun, temuan juga mengungkap keberlanjutan tekanan sosial melalui norma yang mengaitkan kedekatan pria–wanita dengan potensi romansa, termasuk tantangan yang muncul pada ruang digital berupa ambiguitas relasi dan perubahan batasan interaksi. Secara keseluruhan, pemaknaan dan preferensi perilaku perempuan dalam persahabatan lawan jenis merupakan hasil interaksi dialektis antara struktur sosial, norma gender, dan agensi individu. Temuan ini memperkaya literatur sosiologi hubungan sosial terkait rekonstruksi makna gender dalam konteks persahabatan heterosocial.

Kata kunci: Persahabatan Lawan Jenis, Konstruksi Sosial, Wanita Dewasa Awal, Interaksi Lintas Gender

ABSTRACT

This study examines how cross-gender friendships shape the meaning-making processes and behavioral preferences of early adult women through social construction. Using a qualitative phenomenological design, the research involved six women aged 20–30 from Pontianak, Jakarta, and Kupang who had intensive cross-gender friendship experiences. Data were collected through in-depth interviews, participant observation, and analysis of digital interactions, and were analyzed using Braun and Clarke's thematic analysis. The findings reveal that cross-gender interactions function as a site where more rational thinking patterns, greater independence in decision-making, and more direct communication styles are formed. A process of value resocialization occurs as women adopt systematic modes of reasoning, structured communication strategies, and new understandings of romantic relationship dynamics. However, the study also identifies persistent social pressures stemming from norms that associate male–female closeness with potential romantic involvement, alongside emerging challenges in digital spaces such as relational ambiguity and shifting interaction boundaries. Overall, women's meaning-making and behavioral preferences in cross-gender friendships are shaped through dialectical interactions among social structures, gender norms, and individual agency. These findings contribute to sociological scholarship by illuminating the reconstruction of gender meanings within heterosocial friendship contexts.

Keywords: Cross-Gender Friendship, Social Construction, Early Adult Women, Heterosocial Interaction

^{2,3,4}Universitas Nusa Cendana, imelda_nahak@staf.undana.ac.id, petrus_mite@staf.undana.ac.id, jacklin_manafe@staf.undana.ac.id

PENDAHULUAN

Persahabatan merupakan salah satu relasi sosial yang penting dalam kehidupan manusia karena berkontribusi terhadap pembentukan identitas, nilai, dan perilaku individu. Hubungan ini menjadi sarana bagi individu untuk belajar memahami diri, orang lain, serta membangun kapasitas sosial dan emosional. Dalam konteks kehidupan modern, bentuk persahabatan antara lawan jenis menjadi fenomena menarik karena menghadirkan dinamika sosial dan kultural yang kompleks, terutama terkait konstruksi gender dan norma sosial yang berlaku (Dewi, 2018). Persahabatan didefinisikan sebagai hubungan yang ditandai oleh rasa percaya, penerimaan, dan dukungan emosional yang timbal balik (Santrock, 2002). Baron dan Byrne (2004) menekankan bahwa persahabatan berkembang melalui interaksi yang konsisten, keterbukaan diri, dan penghargaan terhadap perbedaan individu. Namun, ketika hubungan ini terjadi antara pria dan wanita, muncul dimensi sosial yang lebih luas karena maknanya dipengaruhi oleh konstruksi budaya tentang maskulinitas dan feminitas.

Fenomena heterosociality atau relasi sosial antara individu dengan lawan jenis telah lama dikaji dalam literatur sosiologi dan psikologi sosial. Grover (2007) menyebutnya sebagai bentuk heterosocial competence, yakni kemampuan individu berinteraksi secara nyaman dengan lawan jenis tanpa harus diwarnai konteks romantis. Perkembangan sosial, pendidikan, dan ekonomi di abad ke-20 dan ke-21, termasuk meningkatnya kesetaraan gender dan keterlibatan perempuan di ruang publik, telah memperluas ruang interaksi lintas gender yang sebelumnya dianggap tabu. Kondisi ini menunjukkan bahwa hubungan persahabatan lawan jenis kini menjadi bagian dari realitas sosial yang wajar dan bahkan berkontribusi terhadap pembentukan identitas sosial yang lebih setara (Kretschmer et al., 2024).

Dari perspektif sosiologis, hubungan persahabatan lawan jenis dapat dilihat sebagai arena negosiasi sosial di mana individu menegosiasikan batasan, nilai, dan norma baru yang lebih fleksibel. Studi oleh Stinson et al. (2021) menunjukkan bahwa banyak hubungan persahabatan antara pria dan wanita berkembang dalam koridor nonromantis dan berfungsi sebagai bentuk dukungan emosional serta sosial yang sehat. Hal ini juga berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis individu, sebagaimana ditemukan oleh Langheit dan Poulin (2024), yang menyatakan bahwa kualitas persahabatan berkorelasi positif dengan kesejahteraan emosional dan rasa puas terhadap kehidupan.

Meskipun demikian, dalam konteks Indonesia, kajian mengenai persahabatan lawan jenis masih terbatas, terutama dalam perspektif sosiologi. Penelitian lokal oleh Fitrianingrum dan Lestari (2021) menemukan bahwa tingkat kepercayaan memiliki hubungan signifikan dengan kualitas persahabatan antara pria dan wanita. Sementara itu, Dewi (2018) menunjukkan bahwa strategi mempertahankan hubungan persahabatan lawan jenis pada dewasa muda sangat dipengaruhi oleh kesadaran norma sosial dan komunikasi interpersonal yang terbuka. Lidyawati (2018) juga menegaskan bahwa keintiman dalam persahabatan lawan jenis tidak lepas dari proses adaptasi nilai, batasan, dan ekspektasi sosial yang berubah. Namun, penelitian-penelitian ini umumnya masih berfokus pada aspek psikologis interpersonal, belum

banyak menyinggung bagaimana makna, nilai, dan perilaku dalam hubungan tersebut dikonstruksi secara sosial oleh perempuan dewasa awal.

Pada masa dewasa awal, seperti dikemukakan oleh Erikson (1968) dalam tahap intimacy versus isolation, individu berada pada fase perkembangan sosial di mana kebutuhan akan kedekatan emosional, penerimaan, dan hubungan bermakna sangat menonjol. Dalam konteks ini, persahabatan lawan jenis dapat menjadi ruang sosial bagi perempuan dewasa awal untuk membangun identitas dan menguji batas-batas sosial tentang relasi gender. Hubungan ini sering kali berfungsi sebagai medium untuk memahami peran sosial baru dan menegosiasikan ekspektasi budaya yang dilekatkan pada identitas perempuan.

Melalui pendekatan konstruksi sosial Berger dan Luckmann (1966), realitas persahabatan lawan jenis dapat dipahami sebagai hasil dari proses eksternalisasi, objektifikasi, dan internalisasi makna sosial. Interaksi sehari-hari dalam hubungan tersebut memungkinkan individu membentuk definisi baru tentang kedekatan dan batasan yang sesuai dengan nilai sosial modern. Mead (1934) melalui teori interaksi simbolik menegaskan bahwa makna sosial terbentuk melalui pertukaran simbol dan pengalaman bersama, sementara Giddens (1984) melalui teori strukturasi menjelaskan bahwa individu memiliki kapasitas untuk menegosiasikan dan bahkan merekonstruksi norma sosial yang mengatur perilaku mereka.

Dengan demikian, persahabatan lawan jenis pada wanita dewasa awal bukan hanya sekadar bentuk hubungan interpersonal, tetapi juga arena sosial tempat terjadinya konstruksi makna, negosiasi nilai, dan penyesuaian perilaku terhadap norma gender yang berlaku. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana perempuan dewasa awal mengonstruksi makna dan preferensi perilaku mereka dalam persahabatan lawan jenis. Pertanyaan penelitian yang menjadi fokus adalah bagaimana konstruksi sosial membentuk pemaknaan dan preferensi perilaku wanita dewasa awal dalam persahabatan lawan jenis?

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian sosiologi hubungan sosial, khususnya dalam memahami proses konstruksi makna sosial di balik dinamika persahabatan lintas gender di masyarakat Indonesia kontemporer.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis untuk memahami secara mendalam pengalaman sosial wanita dewasa awal dalam menjalin persahabatan dengan lawan jenis serta bagaimana interaksi tersebut membentuk konstruksi sosial dalam kehidupan mereka. Desain ini dipilih karena penelitian berfokus pada makna subjektif, proses internalisasi nilai, serta dinamika sosial yang dialami partisipan dalam konteks relasi lintas gender.

Partisipan penelitian ditentukan melalui teknik purposive sampling dengan kriteria: (1) wanita berusia 20–30 tahun, (2) memiliki sahabat pria yang intens berinteraksi minimal selama satu tahun, (3) mampu menceritakan pengalaman secara reflektif. Jumlah partisipan sebanyak enam orang, yang dianggap cukup dalam penelitian fenomenologis karena peneliti menemukan data saturation pada informan keenam tidak ada tema baru yang muncul. Adapun karakteristik informan tersaji pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Informan Penelitian

Aspek Pedoman	Kriteria Pra-Penelitian	Rasional Akademik & Teoretis
Jenis Kelamin & Tahap Usia	Wanita dewasa awal (20–30 tahun)	Tahap dewasa awal adalah fase pembentukan keintiman (Erikson- <i>intimacy vs isolation</i>). Pada fase ini proses internalisasi makna sosial terkait gender dan hubungan pertemanan intens terjadi (Berger & Luckmann: internalisasi identitas sosial).
Pengalaman Persahabatan Lawan Jenis	Memiliki sahabat pria dengan interaksi nyata (tatap muka/digital)	Pengalaman hubungan lintas-gender memungkinkan peneliti mengamati proses eksternalisasi dan objektifikasi makna hubungan (Berger & Luckmann). Dalam kualitatif interpretatif, pengalaman konkret diperlukan untuk memahami makna subjektif (Schutz- <i>subjective meaning</i>).
Latar Belakang Pendidikan & Pekerjaan	Variatif: mahasiswa, pekerja swasta, PNS, atau <i>freelancer</i>	Konteks sosial yang berbeda mencerminkan keberagaman struktur sosial yang mempengaruhi interaksi (Giddens- <i>structure & agency</i>). Di sisi lain, variasi latar sosial memperkaya bentuk konstruksi makna dalam interaksi sehari-hari (Mead- <i>symbolic interaction</i>).
Durasi & Kedekatan Hubungan	Minimal 1–3 tahun atau intensitas interaksi tinggi	Durasi cukup panjang memungkinkan terjadinya proses objektifikasi (hubungan menjadi pola sosial yang stabil). Analisis naratif membutuhkan pengalaman berkesinambungan agar pola makna dapat diidentifikasi (Riessman- <i>narrative inquiry</i>).
Kemampuan Reflektif	Mampu menceritakan pengalaman secara naratif, terbuka, dan mendalam	Teori fenomenologi menekankan pentingnya kemampuan individu mengartikulasikan pengalaman subjektif (Schutz). Dalam konstruksionisme sosial, narasi berfungsi sebagai media internalisasi ulang makna.
Variasi Pengalaman Sosial & Emosional	Memiliki pengalaman terkait perbedaan nilai, konflik, batasan sosial, gaya komunikasi, atau tekanan sosial	Variasi pengalaman memungkinkan peneliti menelusuri proses pembentukan makna melalui interaksi simbolik (Mead) dan negosiasi norma (Goffman- <i>impression management</i>).
Kesediaan Berpartisipasi	Bersedia dan nyaman diwawancarai; memahami tujuan penelitian	Etika penelitian kualitatif menekankan relasi yang aman dan setara. Kesediaan berpartisipasi memastikan proses eksternalisasi naratif berlangsung alami tanpa tekanan.

Sumber: Olahan Peneliti, 2025

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan observasi partisipatif. Wawancara dilaksanakan selama Desember 2024 - Februari 2025, dengan durasi 45–90 menit per partisipan, dilakukan secara tatap muka dan online video call. Pedoman wawancara mencakup tema-tema seperti: pola komunikasi, pengalaman interaksi, pengambilan keputusan, tekanan sosial, batasan persahabatan, dan pengaruh media digital. Semua wawancara direkam dengan persetujuan partisipan dan ditranskrip verbatim.

Observasi partisipatif dilakukan untuk memahami praktik sosial dalam konteks keseharian partisipan. Observasi dilakukan pada dua lokasi utama, yaitu: (1) lingkungan kampus dan kafe tempat informan sering berkumpul, serta (2) interaksi digital melalui Instagram stories, komentar publik, dan intensitas komunikasi daring. Durasi observasi berlangsung selama empat minggu, dengan peran peneliti sebagai moderate participant yakni terlibat secara terbatas tanpa memengaruhi dinamika alami partisipan. Catatan lapangan disusun setiap selesai sesi observasi, mencakup perilaku komunikasi, ekspresi nonverbal, serta bentuk-bentuk penyesuaian batasan interaksi.

Seluruh data kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik Braun & Clarke (2006) melalui enam tahapan: (1) familiarizing melalui pembacaan berulang transkrip, (2) generating initial codes untuk menandai unit makna terkait pengalaman persahabatan lintas gender, (3) searching for themes seperti rasionalisasi berpikir, kemandirian keputusan, adaptasi gaya komunikasi, tekanan sosial terhadap relasi romantis, dan negosiasi batasan di ruang digital, (4) reviewing themes, (5) defining and naming themes, dan (6) penyusunan laporan. Proses coding dilakukan secara manual, kemudian diperiksa ulang oleh peneliti kedua (peer reviewer) untuk memastikan konsistensi.

Data penelitian diperoleh dari enam informan yang berasal dari tiga kota berbeda, yakni Kota Pontianak (2 informan), Kota Jakarta (2 informan), dan Kota Kupang (2 informan). Seluruh proses coding dilakukan secara manual oleh peneliti utama, kemudian diperiksa kembali oleh peneliti kedua sebagai peer reviewer untuk memastikan konsistensi, keandalan, serta kredibilitas temuan.

Untuk menjaga keabsahan data, penelitian menerapkan triangulasi sumber (membandingkan wawancara antar-informan dan catatan observasi), triangulasi teknik (wawancara, observasi, dan bukti interaksi digital), member checking, serta peer debriefing. Partisipan diberikan kesempatan memeriksa ringkasan temuan untuk memastikan bahwa interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman asli mereka. Selain itu, rekaman dan transkrip disimpan dalam sistem penyimpanan terenkripsi guna menjaga kerahasiaan informan dan memenuhi etika penelitian kualitatif.

Metode penelitian ini memastikan bahwa data yang terkumpul relevan, kredibel, dan merepresentasikan dinamika konstruksi sosial persahabatan lawan jenis pada wanita dewasa awal.

KERANGKA TEORI/KONSEP

1. Teori Konstruksi Sosial Berger & Luckmann

Teori konstruksi sosial yang dikembangkan oleh Peter L. Berger dan Thomas Luckmann (1966) menjadi landasan utama dalam memahami bagaimana individu membentuk, memaknai, dan menegosiasikan realitas sosial melalui interaksi sehari-hari. Dalam karya monumental mereka *The Social Construction of Reality*, keduanya menegaskan bahwa realitas sosial bukanlah sesuatu yang hadir secara alamiah, melainkan hasil dari proses konstruksi berkelanjutan melalui tindakan dan interaksi manusia.

Berger dan Luckmann menjelaskan proses ini melalui tiga tahap kunci:

Eksternalisasi, yaitu tindakan manusia menciptakan makna, simbol, dan praktik sosial melalui interaksi.

Objektivasi, yaitu tahap ketika makna dan praktik tersebut diterima sebagai kenyataan yang dianggap independen dari penciptanya.

Internalisasi, yaitu proses di mana individu menghayati realitas sosial tersebut sebagai hal yang wajar, alamiah, dan tidak lagi dipertanyakan.

Melalui ketiga proses ini, realitas sosial terus diproduksi dan direproduksi. Individu bukan hanya objek yang dibentuk oleh masyarakat, melainkan juga subjek yang aktif menciptakan struktur sosial. Konsep lain yang penting dalam teori ini adalah habitualisasi dan institusionalisasi (Berger, 1990). Interaksi yang berulang membentuk pola tindakan yang menjadi kebiasaan (habitualisasi). Ketika kebiasaan tersebut diterima secara luas oleh masyarakat, ia berubah menjadi institusi sosial yang mengatur perilaku bersama (institusionalisasi). Dengan demikian, pola pikir dan praktik sosial tidak terbentuk secara acak, melainkan hasil interaksi dan legitimasi yang berulang. Dalam konteks penelitian ini, teori konstruksi sosial berfungsi untuk menjelaskan bagaimana pola komunikasi dan cara berpikir rasional pada perempuan tidak sekadar sifat bawaan, melainkan hasil konstruksi sosial yang terbentuk melalui interaksi lintas gender, terutama melalui hubungan persahabatan dengan laki-laki.

2. Konsep Resosialisasi dan Teori Pembelajaran Sosial

Perubahan pola pikir perempuan ke arah rasionalitas dapat dipahami melalui konsep resosialisasi, yaitu proses mempelajari nilai, norma, dan gaya berpikir baru ketika individu memasuki lingkungan sosial yang berbeda dari sebelumnya. Paparan intens terhadap cara berpikir laki-laki, misalnya dalam hubungan pertemanan, membuka ruang bagi perempuan untuk mengadopsi pola pikir baru yang lebih tegas, analitis, dan independen. Bandura (1977) melalui teori pembelajaran sosial menegaskan bahwa individu belajar melalui observasi, imitasi, dan interaksi sosial. Ketika perempuan mengamati pola komunikasi pria yang lebih langsung, faktual, dan berorientasi pada penyelesaian masalah, mereka berpotensi mencontoh dan menginternalisasi gaya tersebut. Proses resosialisasi ini kemudian memengaruhi pola kebiasaan, cara berkomunikasi, dan pola pengambilan keputusan.

Resosialisasi menjadi kerangka yang menjelaskan mekanisme perubahan individu sebagai bagian dari konstruksi sosial yang lebih luas.

3. Teori Komunikasi Gender

Tannen (1990) menjelaskan bahwa perbedaan komunikasi antara pria dan wanita merupakan hasil konstruksi sosial, bukan sifat biologis bawaan. Laki-laki cenderung berkomunikasi secara lugas, langsung, dan berbasis fakta (report talk), sedangkan perempuan cenderung menggunakan komunikasi yang lebih ekspresif dan relasional (rapport talk).

Dalam interaksi lintas gender, terjadi proses negosiasi gaya komunikasi. Paparan terhadap gaya komunikasi pria dapat mendorong perempuan mengembangkan pola komunikasi yang lebih seimbang antara rasionalitas dan ekspresi emosional. Kondisi ini berpotensi menantang norma gender tradisional yang memisahkan rasionalitas dengan maskulinitas dan emosionalitas dengan feminitas.

Dengan demikian, teori komunikasi gender membantu menjelaskan bagaimana interaksi sosial

memfasilitasi pembentukan pola komunikasi perempuan yang lebih tegas dan rasional.

4. Dinamika Sosial dan Teknologi dalam Interaksi Lintas Gender

Perubahan pola interaksi dalam persahabatan laki-laki dan perempuan juga dipengaruhi oleh perkembangan teknologi komunikasi. Baym (2010) menyatakan bahwa media digital menciptakan bentuk interaksi baru yang lebih fleksibel, cair, dan sering kali melampaui batas-batas ruang sosial tradisional. Relasi menjadi lebih intens, personal, dan berkelanjutan.

Sementara itu, teknologi juga membawa tantangan, seperti mengaburnya batas antara hubungan platonis dan romantis, yang dapat memicu perubahan dalam struktur relasi sosial dan persepsi masyarakat. Dalam konteks konstruksi sosial, media digital menjadi arena baru di mana makna hubungan, peran gender, dan norma sosial dinegosiasikan.

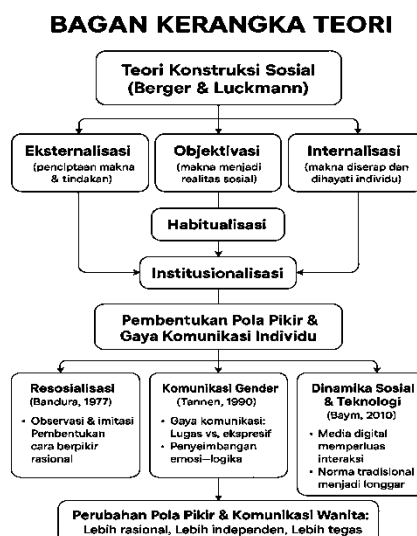
Dinamika sosial-teknologi melengkapi pemahaman tentang konstruksi sosial dan resosialisasi sebagai faktor yang mempercepat perubahan pola pikir dan komunikasi dalam relasi lintas gender.

5. Integrasi Kerangka Teori

Keempat konsep di atas yakni konstruksi sosial, resosialisasi, komunikasi gender, dan dinamika sosial-teknologi, saling melengkapi dan berkelindan dalam menjelaskan fenomena penelitian ini:

Konstruksi sosial menjelaskan bagaimana pola pikir dan gaya komunikasi terbentuk sebagai produk interaksi sosial. Resosialisasi menjelaskan mekanisme perubahan individu melalui paparan nilai dan gaya berpikir baru. Komunikasi gender menjelaskan bagaimana interaksi lintas gender memengaruhi mode komunikasi perempuan. Dinamika sosial-teknologi menjelaskan konteks sosial yang memungkinkan interaksi ini berlangsung secara lebih intens dan fleksibel. Melalui integrasi konsep-konsep tersebut, penelitian ini mampu menggambarkan secara komprehensif bagaimana interaksi lintas gender berkontribusi pada pembentukan pola pikir perempuan yang lebih rasional, independen, serta adaptif terhadap perubahan sosial.

Gambar 1: Bagan Kerangka Teori



HASIL DAN PEMBAHASAN

Konstruksi Sosial Persahabatan Lintas Gender pada Perempuan Dewasa Awal

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang menjalin persahabatan lintas gender mengalami serangkaian proses pembentukan makna melalui interaksi sosial yang konsisten. Interaksi tersebut mencakup pengalaman mengadopsi pola pikir yang lebih rasional, meningkatkan kemandirian dalam pengambilan keputusan, mengembangkan gaya komunikasi yang lebih lugas, serta memperoleh wawasan baru mengenai dinamika relasi romantis. Jika ditinjau menggunakan kerangka konstruksi sosial Berger dan Luckmann (1966), seluruh pengalaman ini merupakan hasil dari proses eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi yang berlangsung secara berulang dalam kehidupan sehari-hari. Pada tahap eksternalisasi, perempuan memproduksi makna-makna baru terkait relasi lintas gender melalui praktik interaksi; pada tahap objektivasi, pola interaksi itu mengendap menjadi realitas sosial yang tampak wajar; dan pada tahap internalisasi, pola tersebut kemudian diserap menjadi bagian dari struktur kesadaran individu.

Temuan mengenai pergeseran menuju pola pikir rasional memperlihatkan bagaimana interaksi dengan sahabat pria menjadi arena eksternalisasi praktik pemecahan masalah berbasis logika. Informan, Avina (23 tahun, nama samaran), mengungkapkan bahwa interaksinya dengan sahabat pria mendorong perubahan cara pandangnya:

"Dulu, kalau lagi ada masalah, lebih sering ini sih, curhat yang ngikutin perasaan gitu deh, soalnya saya tipe yang sensitif banget kalau lagi cerita. Tapi saya ngerasa, setelah kayak lama gitu sering diskusi dengan sahabat yang cowok, saya kayak mulai terbiasa buat lihat masalah dari sudut pandang yang lebih rasional, pakai logika, jadi lebih fokus dulu deh sama solusi, jalan keluarnya."

Pola interaksi ini, melalui pengulangan, menjadi bentuk objektivasi, yaitu ketika cara berpikir yang awalnya bersifat situasional berubah menjadi sesuatu yang dianggap umum dan alamiah. Literatur mengenai komunikasi gender juga menunjukkan hal serupa, bahwa paparan terhadap gaya komunikasi maskulin dapat meningkatkan orientasi solusi pada perempuan (Tannen, 1990; Wood, 2011). Integrasi temuan ini memperlihatkan bahwa proses internalisasi terjadi ketika pola pikir rasional tersebut membentuk kebiasaan baru dalam memaknai masalah dan menentukan langkah penyelesaian.

Pemahaman tentang rasionalitas ini juga berkaitan dengan bagaimana perempuan menegosiasikan identitas gender mereka dalam masyarakat. Dengan menggunakan cara berpikir sistematis yang secara budaya sering dianggap sebagai ciri maskulinitas, perempuan dapat memperluas ruang gerak mereka dan melampaui stereotipe yang menilai perempuan sebagai sosok yang lebih emosional. Pernyataan senada diungkapkan oleh Sarah (26 tahun, nama samaran), salah satu responden penelitian, sebagai berikut:

"Tentu aja, menurut aku persahabatan antara pria dan wanita terutama dalam lingkungan pendidikan dan kerja, itu ngebantu banget dalam ngebentuk pemahaman orang sekitar, terutama kalo persahabatan itu berdampak positif begitu. Kita jadi lebih ngerti tentang peran masing-masing. Secara ngga langsung berbagi perspektif begitu, jadinya kan norma sosial yang ngga tertulis kaya kesetaraan, nah itu jadi lebih mulai disadari dan lebih dihargai."

Pernyataan informan menunjukkan bahwa persahabatan antara pria dan wanita dalam lingkungan

pendidikan dan kerja berperan penting dalam membentuk pemahaman sosial di sekitarnya. Menurutnya, interaksi yang positif dalam persahabatan lintas gender dapat membantu individu memahami peran masing-masing dan mendorong berbagi perspektif, yang pada akhirnya berkontribusi pada kesadaran akan norma sosial, seperti kesetaraan gender. Hal ini mencerminkan bagaimana interaksi sosial dapat memengaruhi cara pandang seseorang terhadap relasi gender dan peran sosial yang ada.

Interaksi lawan jenis juga menimbulkan proses resosialisasi, yaitu ketika individu mendapatkan paparan terhadap nilai dan norma baru yang kemudian membentuk kembali cara berpikir mereka. Wanita dewasa awal yang memiliki sahabat pria lambat laun terbiasa dengan pola komunikasi dan penyelesaian masalah berbasis logika yang umum dalam lingkungan sosial laki-laki.

"Aku beberapa kali lihat sahabat cowok aku kalau lagi ngadepin masalah. Dia itu kayak lebih mentingin nenangi diri dulu, sendirian, diem, terus abis itu nyelesainnya kayak lebih teratur gitu. Kadang juga kayak ngga dipikirin banget. Intinya mereka tuh tahu langkah-langkah yang harus mereka lakukan secara sistematis buat ngelewati masalah. Aku jadinya mikir kayak iya ya, makanya sekarang aku jadi lebih sering nerapin kayak begitu. Sekarang lebih nyaman cari solusi sendiri aja dulu, daripada hanya ngeluh atau bergantung sama orang lain, ya walau ngga ada salahnya kita masih tetap butuh point of view dari yang lain juga." (Sarah -nama samaran, 26 tahun).

Temuan lain dalam penelitian ini menunjukkan bahwa interaksi dengan sahabat lawan jenis juga berkontribusi pada peningkatan kemandirian dalam pengambilan keputusan. Informan menyatakan bahwa memiliki sahabat pria membantu mereka menjadi lebih merasa mantap dalam mengambil keputusan dan tidak mudah terpengaruh oleh opini sosial yang terkadang bias gender.

"Ya, menurut saya punya sahabat cowok itu bantu saya lebih yakin lagi, lebih kuat untuk percaya diri dalam mengambil keputusan. Saya belajar dari cara mereka untuk yakin ketika mengambil keputusan. Mereka biasanya lebih to the point dan nggak terlalu mikirin omongan orang lain. Jadi, lama-lama saya juga belajar untuk lebih fokus pada apa yang saya mau, bukan cuma apa yang dianggap "wajar" untuk perempuan." (Arina -nama samaran, 23 tahun).

Perempuan sering dikesankan untuk mempertimbangkan pendapat orang lain sebelum mengambil keputusan, terutama karena norma sosial yang cenderung bias gender. Namun, peneliti menemukan, interaksi dengan sahabat pria membantu para partisipan memahami bahwa mengambil keputusan sendiri adalah hal yang wajar dan tidak selalu harus bergantung pada pendapat orang lain. Informan Dina (24 tahun, nama samaran), membagikan pengalamannya:

"Dulu saya sering ragu-ragu mengambil keputusan sendiri, takut salah dan dikritik. Nah, itu salah satu sisi positifnya bersahabat dengan laki-laki, saya jadi bisa belajar dan meniru cara sahabat saya merespon dan membuat keputusan, yang paling penting adalah membuat keputusan yang sesuai dengan pemikiran lalu nilai saya sendiri dan pastinya hati nurani sendiri ya, itu penting."

Melalui persahabatan lawan jenis, para informan mulai terbiasa dengan pola pikir yang lebih mandiri. Sahabat pria sering kali menunjukkan cara berpikir yang lebih logis dan independen, sehingga tanpa disadari, para informan juga mengadopsi pola tersebut. Dalam proses ini, mereka mengalami resosialisasi, yaitu pembelajaran ulang terhadap nilai dan kebiasaan yang berbeda dari yang sebelumnya mereka pahami. Persahabatan dengan sahabat lawan jenis membantu mereka menyadari bahwa kemandirian bukan hanya

karakteristik yang dimiliki seorang pria. Mereka mulai memahami bahwa mereka pun dapat membuat keputusan sendiri tanpa harus merasa terbebani oleh ekspektasi sosial yang membatasi peran wanita.

"Aku setuju dengan mereka. Dulu aku kadang kayak ngerasa terjebak dalam ekspektasi bahwa perempuan harus begini atau begitu. Tapi setelah sering berdiskusi dengan sahabat laki-laki, aku nemu sudut pandang lain kalo aku punya hak untuk nentuin pilihan sendiri tanpa harus selalu mikirin standar tertentu yang ada di masyarakat. sahabat laki-laki aku sering bilang, "Ya udah, kalau menurutmu baik, jalanin aja. Nggak usah kebanyakan mikir apa kata orang, asal pertimbangannya matang dan ngga ngerugiin." (Sarah -nama samaran, 26 tahun).

Pengalaman sosial ini berkontribusi pada perubahan cara mereka memandang diri sendiri dan lingkungan sekitar. Mereka tidak lagi melihat kemandirian dalam pengambilan keputusan sebagai sesuatu yang menyimpang, melainkan sebagai hal yang wajar dan dapat diterima dalam kehidupan sosial.

Hasil temuan berikutnya adalah berhubungan dengan gaya komunikasi. Gaya komunikasi wanita umumnya dikaitkan dengan kecenderungan mengekspresikan emosi secara terbuka serta penggunaan bahasa yang lebih kaya akan nuansa perasaan. Sebaliknya, pria lebih sering menerapkan pola komunikasi yang langsung, lugas, dan berbasis fakta.

Melalui interaksi dalam persahabatan lawan jenis, wanita memiliki kesempatan untuk menyesuaikan pola komunikasi mereka agar lebih seimbang antara ekspresi emosional dan ketegasan dalam penyampaian pesan. Adaptasi ini tidak hanya meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal, tetapi juga memberikan keuntungan dalam lingkungan profesional yang menuntut kejelasan dan efektivitas dalam berkomunikasi. Seperti yang dikemukakan oleh informan berikut,

"Dalam lingkungan kerja, saya sering harus menyampaikan ide dengan jelas dan lugas. Kalo dalam hal ngomong atau bicara gitu kan, saat rapatlah misalnya, seperti teman saya Mandre, dia kan gaya bicaranya lebih tertata, rapi, kalo lagi rapat, jadi saya itu kayak mengadopsi hal itu, karena menurut saya itu lebih baik, jadi ngga berbelit-belit begitu, lebih terstruktur. Saya menyadari pengalaman berinteraksi dengan teman pria sejak kuliah, ngebantu saya mengembangkan cara bicara yang lebih to the point, tanpa kehilangan empati. Itu ngebantu sih." (Dina -nama samaran, 24 tahun).

Wanita dewasa awal yang memiliki persahabatan lawan jenis cenderung mengadopsi gaya komunikasi yang lebih lugas dan langsung. Mereka lebih terbiasa menghadapi perdebatan terbuka dibandingkan dengan interaksi sesama wanita.

Relasi antara pria dan wanita dalam konteks sosial sering kali dipengaruhi oleh asumsi yang berangkat dari norma dan ekspektasi budaya. Salah satu asumsi yang umum di masyarakat adalah bahwa kedekatan antara dua individu berbeda jenis kelamin cenderung berkembang menjadi hubungan romantis. Namun, persepsi ini tidak selalu selaras dengan pengalaman individu dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan wawancara dengan informan, ditemukan bahwa sebagian besar individu tetap meyakini bahwa persahabatan antara pria dan wanita dapat berlangsung tanpa harus berujung pada hubungan asmara, meskipun terdapat tekanan sosial yang menafsirkan kedekatan tersebut sebagai bentuk romansa. Seperti yang dikemukakan oleh informan berikut,

"Saya dan sahabat laki-laki saya sering mendapatkan pertanyaan apakah kami sebenarnya berpacaran. Kadang rasanya capek banget harus jelasin kalo kami hanya bersahabat. Kami berusaha untuk tetap menunjukkan batas yang jelas di

depan teman-teman supaya mereka ngga salah paham. Tapi tetap aja, selalu ada yang beranggapan kami lebih dari sahabat biasa." (Dina -nama samaran, 24 Tahun).

Tekanan sosial ini menunjukkan bahwa masih ada norma budaya yang mengaitkan kedekatan pria dan wanita dengan unsur romantis, sehingga mempersulit individu yang ingin menjaga hubungan persahabatan tanpa intervensi ekspektasi asmara. Informan lain menuturkan:

"Teman-teman cewek sama keluarga aku yang kayak sering banget gitu ngomong ngga usah terlalu dekat kalo temenan sama cowok, bakal ngerusak image atau ntar dicap tomboy, dan kayak mungkin banget sampe bisa tumbuh rasa lebih. Kalau aku sih nganggepnya ya sahabatan, meskipun aku ngga tahu ya dari pihak cowok, tapi kalo aku pribadi, yang aku rasa dan alami selama ini kami bener persahabatan biasa dan tahu banget kalo sahabat pasti ada batesannya." (Avina -nama samaran, 23 tahun).

Harus diakui bahwa lingkungan yang lebih konservatif, lebih sering menganggap interaksi intens antara pria dan wanita akan berujung pada hubungan asmara. Anggapan ini menciptakan stigma atau prasangka terhadap persahabatan non-romantis. Hasil wawancara menunjukkan bahwa tekanan bisa berwujud dalam bentuk pertanyaan berulang tentang status hubungan disertai asumsi spekulasi yang dapat memengaruhi kenyamanan individu dalam mempertahankan persahabatan tersebut.

Dalam hal ini, orang yang mempertahankan persahabatan platonis sering kali harus menyesuaikan diri dengan norma sosial agar hubungannya tetap murni sebagai bentuk kedekatan tanpa unsur romantis. Kemajuan teknologi komunikasi dan media sosial telah menciptakan peluang baru bagi wanita dewasa awal dalam menjalin dan mempertahankan persahabatan dengan lawan jenis.

Sebelumnya hubungan antara pria dan wanita sering dikaitkan dengan romansa atau ikatan keluarga, kini batasan tersebut semakin longgar. Teknologi memungkinkan interaksi yang lebih fleksibel, di mana komunikasi dapat berlangsung secara virtual tanpa tekanan norma sosial yang menuntut keterlibatan emosional dalam konteks asmara. Dinamika ini menunjukkan bahwa makna hubungan sosial bersifat tidak tetap, melainkan terus berubah seiring dengan perkembangan interaksi dalam masyarakat.

Nancy Baym dalam bukunya *Personal Connections in the Digital Age* menjelaskan bahwa teknologi komunikasi mengubah cara orang berinteraksi dan membentuk hubungan. Interaksi virtual memungkinkan hubungan yang luwes, di mana individu dapat terhubung tanpa tekanan untuk menyesuaikan diri dengan ekspektasi sosial yang ada.

Bagi wanita dewasa awal yang berada dalam tahap eksplorasi identitas, kemudahan teknologi dalam komunikasi memberikan kesempatan untuk membangun hubungan berdasarkan kenyamanan dan kesesuaian. Mereka memiliki kebebasan lebih besar dalam menentukan apakah sebuah hubungan dengan lawan jenis tetap dalam ranah persahabatan atau berpotensi berkembang menjadi sesuatu yang lebih intim. Namun harus diakui, komunikasi digital juga membawa tantangan tersendiri bagi persahabatan lawan jenis. Salah satunya adalah batasan yang bisa saja pudar antara hubungan platonis dan romantis. Media sosial, pesan teks, dan panggilan video memungkinkan interaksi yang lebih personal dan intens, yang kadang bisa disalahartikan oleh salah satu pihak. Ketika komunikasi menjadi lebih sering dan mendalam, perasaan pun bisa ikut terlibat, meski awalnya hanya sekadar persahabatan.

Untuk menghindari ambiguitas dan terjebak pada situasi tersebut, individu-individu yang terlibat dalam persahabatan lawan jenis pada akhirnya akan membuat suatu batasan atau norma baru dalam bentuk penyesuaian kembali. Hal tersebut terjadi semata demi mempertahankan kemurnian persahabatan lawan jenis. Dengan adanya kejelasan dalam komunikasi, pemahaman akan dinamika digital, serta kesadaran terhadap cara teknologi maka akan dapat memengaruhi persepsi dan status quo hubungan interpersonal dalam persahabatan lawan jenis.

Berangkat dari hasil wawancara bersama informan, ada seorang wanita dan pria yang bersahabat, sering bercanda di Instagram, saling mengirim emoji hati, dan meninggalkan komentar akrab. Suatu ketika, saat salah satu dari mereka mulai berpacaran, pasangannya merasa tidak nyaman dengan interaksi tersebut. Karena itu, persahabatan mereka perlu menyesuaikan cara berkomunikasi agar tetap menghormati perasaan pasangan dari sahabatnya dan mengikuti norma sosial yang terus berkembang.

Jujur, awalnya aku nggak pernah kepikiran kalau interaksi di media sosial bisa jadi masalah. Aku punya sahabat cowok, namanya Adit (nama samaran). Kami sudah dekat sejak kuliah dan sering bercanda di Instagram, kadang pakai emoji hati atau komentar lucu di unggahan masing-masing. Itu biasa saja buat kami berdua, nggak ada maksud romantis. Tapi, beberapa bulan lalu, Adit mulai pacaran, dan tiba-tiba sikapnya berubah. Dia mulai jarang membalas komentar atau DM-ku, dan kalau pun membalas, kesannya lebih formal dari biasanya. Aku awalnya bingung, tapi kemudian dia bilang kalau pacarnya merasa nggak nyaman dengan interaksi kami di media sosial..... Aku lebih berhati-hati sekarang. Kalau ada sahabat cowok yang baru pacaran, aku otomatis mengurangi interaksi di media sosial, sekadar untuk menghormati batasan yang mungkin ada. Aku sadar bahwa sekarang, sesuatu yang terlihat kecil dan sepele di dunia digital bisa punya dampak besar di dunia nyata. Jadi, lebih baik menjaga komunikasi tetap sewajarnya supaya nggak menimbulkan kesalahpahaman. (Nadia -nama samaran, 27 Tahun).

Berangkat dari hasil wawancara di atas, perubahan tersebut mencerminkan adanya norma sosial digital baru yang mengatur bagaimana seseorang harus berinteraksi di media sosial agar tidak menimbulkan kesalahpahaman. Konsep context collapse juga terlihat di sini, di mana batas antara hubungan personal dan publik menjadi kabur, sehingga individu perlu lebih berhati-hati dalam berkomunikasi. Informan menyesuaikan diri dengan mengurangi interaksi di media sosial dan lebih memilih komunikasi yang lebih netral agar tidak mengganggu hubungan romantis sahabatnya. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial bukan hanya sekadar alat komunikasi, tetapi juga menciptakan aturan sosial tersendiri yang mempengaruhi cara orang menjalin hubungan.

Meningkatnya kesadaran akan dampak media sosial dalam kehidupan sosial, banyak orang kini lebih berhati-hati dalam berkomunikasi agar tetap menjaga persahabatan tanpa mengganggu hubungan romantis salah satu dari mereka. Persahabatan antara wanita dewasa awal dan pria dapat memengaruhi cara mereka memahami dan membangun hubungan romantis. Melalui interaksi dengan sahabat prianya, wanita dapat memperoleh wawasan tentang bagaimana pria berpikir, berkomunikasi, dan menanggapi hubungan, sehingga membantu mereka mengembangkan ekspektasi dan standar dalam memilih

pasangan. Mereka juga belajar memahami gaya komunikasi yang berbeda, yang dapat membantu dalam mengelola konflik dan memperkuat hubungan romantis. Kedekatan ini juga memungkinkan mereka untuk lebih memahami kebutuhan dan harapan pria dalam suatu hubungan, seperti pentingnya ruang pribadi atau cara mengekspresikan kasih sayang. Jika mereka memiliki sahabat laki-laki yang suportif dan menghormati mereka, maka standar mereka terhadap pasangan romantis juga bisa meningkat. Sebaliknya, pengalaman dengan sahabat laki-laki yang memiliki pola hubungan kurang sehat bisa membuat mereka lebih berhati-hati dalam memilih pasangan. Persahabatan lintas gender juga dapat membentuk cara pandang mereka terhadap kesetiaan dan kecemburuan dalam hubungan, tergantung pada bagaimana mereka menavigasi batasan dalam interaksi tersebut. Dengan demikian, pengalaman ini dapat membantu wanita dewasa awal membangun hubungan yang lebih sehat, terbuka, dan realistis.

Berikut adalah tabel konstruksi sosial atas pengalaman dan dampak interaksi dalam persahabatan lawan jenis berdasarkan hasil pembahasan:

Tabel 1. Konstruksi sosial atas pengalaman dan dampak interaksi dalam persahabatan lawan jenis

Pengalaman Interaksi	Proses Konstruksi Sosial	Dampak terhadap Individu	Dampak terhadap Masyarakat
Mengutamakan cara berpikir rasional dalam menghadapi masalah	<i>Habitualization</i> dan <i>Institutionalization</i> (Berger & Luckmann) – Pola interaksi yang berulang membentuk kebiasaan berpikir logis	Wanita lebih terbiasa mencari solusi secara logis daripada mengandalkan emosi	Mengurangi stereotip bahwa rasionalitas hanya milik pria dan memperluas pemahaman tentang kesetaraan kognitif
Kemandirian dalam pengambilan keputusan	<i>Resosialisasi</i> – Interaksi dengan sahabat pria membantu wanita menginternalisasi nilai kemandirian	Wanita lebih percaya diri dalam mengambil keputusan tanpa terpengaruh norma sosial yang bias gender	Meningkatkan penerimaan sosial terhadap perempuan yang berani mengambil keputusan sendiri
Gaya komunikasi yang lebih lugas dan <i>to the point</i>	<i>Objectivation</i> – Pola komunikasi sahabat pria diadopsi dan menjadi kebiasaan baru	Wanita menyesuaikan pola komunikasi agar lebih efektif, tanpa kehilangan empati	Mendorong gaya komunikasi yang lebih setara dalam lingkungan profesional dan sosial
Wawasan lain tentang relasi romantis dan batasan sosial	<i>Negosiasi Identitas</i> – Interaksi lawan jenis menciptakan pemahaman tentang batasan sosial dalam persahabatan	Wanita menyadari norma sosial yang menghubungkan persahabatan dengan romansa serta menyesuaikan diri dengan perubahan interaksi akibat teknologi	Menggeser norma sosial menuju pemahaman yang lebih fleksibel tentang persahabatan lawan jenis di era digital

Sumber: Olahan Peneliti, 2025

Faktor-faktor Pendorong Yang Membentuk Persahabatan Lawan Jenis

Kelekatan Emosional dan “Merasa” Mendapat Dukungan Secara Sosial Dari Sahabat Lawan Jenis

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa individu menjalin persahabatan dengan lawan jenis karena merasa lebih nyaman terutama dalam pengalaman emosional yang sulit. Dukungan sosial dari sahabat lawan jenis menjadi faktor pendorong bagi wanita dewasa awal dalam memilih dan membangun hubungan

persahabatan yang lebih berkualitas dengan terpenuhinya support system yang kuat, terlebih bagi individu yang membutuhkan dukungan dalam menghadapi situasi baru. Berikut wawancara dengan informan terkait hal tersebut,

Karna mungkin saya punya pribadi, butuh penguatan dari orang lain juga, kayak misalnya saya dipanggil PPG, saya sempat minderlah, insecure, kayak mikir gini kan, misalnya saya ketemu orang yang tinggalnya di kota begitu, dibanding saya yang tugasnya di tempat yang tergolong 3T, saya sempat minder, tapi setelah sharing dan berbagi dengan beberapa teman lawan jenis, saya kayak mendapat penguatan dan yakin kalau saya bisa gitu. (Wawancara dengan Sisil (nama samaran) 29 tahun, Pegawai Negeri).

Menurut konstruksi sosial, makna dukungan sosial dalam persahabatan lawan jenis terbentuk dari pengalaman dan interaksi yang dialami seseorang. Hal ini sesuai dengan pemikiran Peter L. Berger dan Thomas Luckmann bahwa realitas sosial terbentuk melalui interaksi yang terus- menerus, di mana individu menciptakan dan menyesuaikan makna dari pengalaman mereka. Dalam persahabatan lawan jenis, berbagi cerita, mendapatkan dukungan emosional, dan menerima dorongan psikologis dari sahabat pria membantu membentuk pemahaman tentang dukungan sosial yang berbeda dibandingkan dengan hubungan dengan sesama wanita atau keluarga.

Dukungan ini juga berperan dalam membentuk kembali narasi identitas diri individu, dari seseorang yang merasa "kurang" menjadi individu yang memiliki keyakinan akan kemampuannya. Dalam hal ini, teman lawan jenis menjadi agen sosial yang membantu membentuk pemahaman baru terhadap diri sendiri, sesuai dengan konsep Looking-Glass Self dari Charles Horton Cooley, di mana identitas dan konsep diri seseorang dibentuk berdasarkan bagaimana mereka memahami respons sosial dari orang lain. Konsep diri kita bukanlah sesuatu yang terbentuk sendiri, melainkan hasil dari interaksi sosial dan bagaimana kita membayangkan tanggapan orang lain terhadap kita. Dengan kata lain, cara kita memandang diri sendiri sangat dipengaruhi oleh bagaimana kita berpikir orang lain melihat kita. Kita seperti bercermin melalui reaksi orang lain, dan cermin itulah yang membantu kita membentuk identitas diri.

Hasil wawancara selanjutnya mengungkap tentang informan yang merasa lebih dimengerti dan mendapat dukungan emosional persis dari sosok ayah atau saudara laki-laki ketika sedang berbagi cerita dengan sahabat lawan jenis.

"Menurut saya tuh, mereka tuh lebih mengerti perempuan, begitu, menurut saya ya. Kalau teman lawan jenis ini, karena apa ya, mungkin inner child-nya saya juga, saya kurang dekat dengan papa saya dulu, jadi kayak kesannya tuh kalau menceritakan segala sesuatu ke lawan jenis tuh kayak lebih, lebih apa ya, lebih plong, jadi kita ngerasa kayak lagi curhat sama bapak atau abang kita gitu loh! Karena memang kebetulan ada beberapa sahabat lawan jenis saya yang memang dia itu lahir dari keluarga yang saudari perempuannya nggak ada, begitu." (Wawancara dengan Sisil (nama samaran) 29 tahun, Pegawai Negeri).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa persahabatan dengan lawan jenis memberikan kenyamanan emosional yang berbeda. Faktor pengalaman masa kecil (*inner child*) menjadi faktor lain yang juga memengaruhi bagaimana seseorang merasa lebih leluasa berbagi cerita dengan sahabat lawan jenis. Hal ini menunjukkan bahwa persahabatan lawan jenis bukan sekadar hubungan sosial biasa, tetapi juga berfungsi sebagai mekanisme emosional yang menggantikan peran figur laki-laki dalam kehidupan

mereka, seperti ayah atau kakak laki-laki. Persahabatan lawan jenis bagi wanita dewasa awal juga sering kali berfungsi sebagai dukungan sosial yang unik, terutama dalam menghadapi tantangan kehidupan pribadi maupun profesional. Seperti yang diungkapkan oleh seorang informan.

"Kadang cowok tuh punya sudut pandang tersendiri, misalnya saya ada masalah lalu saya curhat, mereka kayak bisa menenangkan dengan penyelesaian simpel kayak kata-kata 'Ya udah nda usah terlalu dimasukin ke hati', terus biasanya kasi nasehat yang lebih masuk akal sama ngga memihak begitu, apa ya, objektif aja, jarang baper gitu, ngga ngelibatin perasaan sensitif. Mereka kayak punya caranya sendiri. Meskipun kadang cewek kan suka ada galau-galau bimbang begitu mempertimbangkan nasehat, tapi nasehat dari sahabat cowok lumayan out of the box." (Dina -nama samaran, 24 tahun).

Beberapa individu mengaku lebih nyaman dalam mencari nasihat dari teman lawan jenis, karena mereka mendapatkan sudut pandang yang lebih objektif dan tidak bias terhadap pengalaman yang sudah mereka alami sebelumnya. Namun, kelekatan emosional ini juga dapat menjadi sumber ketegangan dalam kehidupan hubungan romantis seseorang. Banyak pasangan romantis yang merasa tidak nyaman dengan persahabatan pasangannya dengan lawan jenis, terutama jika hubungan tersebut terjalin secara intens.

"Sahabat lawan jenis memang bisa memberikan dukungan emosional, tapi kadang ini juga jadi masalah dalam hubungan. Mantan saya dulu sering curiga kalau saya ngobrol lama dengan sahabat laki-laki saya. Akhirnya, saya harus membatasi interaksi supaya hubungan romantis saya tidak terganggu." (Sarah -nama samaran, 26 Tahun).

Hal ini pada akhirnya dapat menciptakan batasan baru dalam persahabatan lawan jenis, di mana individu harus menyesuaikan kembali pola interaksi mereka untuk menjaga keseimbangan antara persahabatan dan komitmen dalam hubungan asmara pribadi.

Kesamaan Minat dan Nilai dengan Sahabat Lawan Jenis

Kesamaan dalam minat menjadi faktor utama yang memperkuat persahabatan lawan jenis. Kegiatan bersama atas dasar kesamaan minat dapat menjadi fondasi yang kuat untuk membangun hubungan yang sehat. Ketika individu memiliki aktivitas yang dinikmati bersama, mereka lebih cenderung menghabiskan waktu bersama dan memperdalam interaksi sosial. Dari hasil wawancara bersama informan, banyak persahabatan antar lawan jenis bermula dari lingkungan kerja atau pendidikan di mana interaksi terjadi secara intensif dan berkelanjutan berdasarkan kesamaan minat. Situasi seperti ini mendorong terbentuknya ikatan berdasarkan kepercayaan dan tujuan bersama.

"Awalnya sih, aku ya ngga kepikiran, ngga direncanakan, punya sahabat laki-laki. Tapi sejak masuk dunia kerja, aku sering satu tim dalam berbagai proyek kerja sama lawan jenis. Jadi kan minatnya sama begitu. Lama-lama, kami jadi saling percaya karena sering brainstorming, tukar pikiran. Buatku sih, persahabatan kami seperti punya kualitas." (Avina -nama samaran, 23 tahun).

Selain itu, kesamaan nilai atau pandangan berperan dalam meningkatkan kualitas interaksi yang lebih mendalam. Orang cenderung merasa nyaman dan dipahami ketika mereka berbagi prinsip atau keyakinan yang sama.

"Dulu, aku mikir persahabatan lawan jenis pasti bakal ribet, tapi ternyata nggak juga. Aku sahabatan udah lama karena kami punya cara pandang yang hampir mirip dalam melihat sesuatu, kayak punya kesamaan nilai melihat situasi, itu bikin kita makin akrab. Kayak contohnya hal sesimpel ngga semua orang harus kita senengin, kita ngga perlu jadi orang ngga enakan di tempat kerja. Aku bisa cerita tanpa takut dibakimi, dan itu yang

bikin hubungan persahabatan jadi penting banget." (Arina -nama samaran, 23 tahun).

Kesamaan nilai dapat menciptakan hubungan yang lebih stabil, karena individu merasa dihargai dan diterima tanpa harus mengalami tekanan sosial untuk menyesuaikan diri dengan norma yang berbeda.

Perubahan Norma, Konstruksi Sosial, dan Teknologi

Dinamika sosial telah mendorong semakin terbukanya peluang bagi persahabatan antara lawan jenis melalui perubahan norma, konstruksi sosial, dan kemajuan teknologi. Dulu, hubungan pria dan wanita yang tidak terikat dalam keluarga atau pernikahan sering dianggap tabu, tetapi modernisasi, pendidikan, dan kesetaraan gender telah menggeser norma tersebut, sehingga interaksi mereka di berbagai bidang kehidupan menjadi lebih diterima. Konstruksi sosial yang lebih fleksibel turut berperan dalam mengurangi batasan peran tradisional laki-laki dan perempuan, memungkinkan mereka untuk membangun persahabatan berdasarkan minat dan pengalaman bersama, bukan sekadar mengikuti aturan sosial lama. Kemajuan teknologi juga semakin memperkuat fenomena ini dengan menyediakan berbagai platform digital seperti media sosial dan aplikasi pesan instan yang mempermudah komunikasi dan interaksi tanpa harus bertemu langsung. Bahkan, representasi persahabatan lawan jenis dalam media modern membantu menormalkan hubungan ini dalam masyarakat. Dengan semua perubahan ini, persahabatan antara wanita dan pria kini semakin umum dan diterima sebagai bagian dari kehidupan sosial yang wajar.

Preferensi Perilaku sebagai Produk Interaksi Sosial dan Struktur Gender

Penelitian ini memperlihatkan dinamika konstruksi sosial yang kompleks dalam persahabatan lawan jenis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemaknaan dan preferensi perilaku perempuan dewasa awal dalam persahabatan lawan jenis merupakan produk konstruksi sosial yang bekerja pada level individual, interaksional, dan struktural. Kerangka Berger dan Luckmann (1966) memberikan fondasi teoretis utama untuk memahami proses ini, khususnya melalui tiga momen dialektis yakni eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi yang menjelaskan bagaimana makna sosial dibentuk, dilembagakan, dan diinternalisasi dalam kehidupan sehari-hari.

Pertama, pemaknaan mengenai persahabatan lawan jenis terbentuk melalui proses internalisasi pengetahuan sosial sejak masa remaja, terutama terkait norma gender, representasi relasi interpersonal, dan tipifikasi mengenai hubungan laki-laki-perempuan. Tipifikasi gender sebagaimana dijelaskan oleh West dan Zimmerman (1987) dalam konsep *doing gender*, mengajarkan individu untuk menampilkan "cara menjadi perempuan" sesuai ekspektasi sosial yang dilembagakan. Representasi mengenai kedekatan emosional, batas interaksi, serta makna perhatian laki-laki dipengaruhi oleh sosialisasi keluarga (Thorne, 1993), pengalaman institusional di sekolah, serta praktik diskursif media massa (Wood, 2013). Dengan demikian, pemaknaan informan terhadap persahabatan tidak bersifat natural, tetapi dibentuk melalui *stock of knowledge* sosial (Berger & Luckmann, 1966) yang memberi kerangka untuk menafsirkan intensitas hubungan, risiko ambiguitas, dan bentuk kedekatan heterosocial.

Kedua, preferensi perilaku dalam persahabatan lawan jenis merupakan hasil dari pemaknaan yang telah

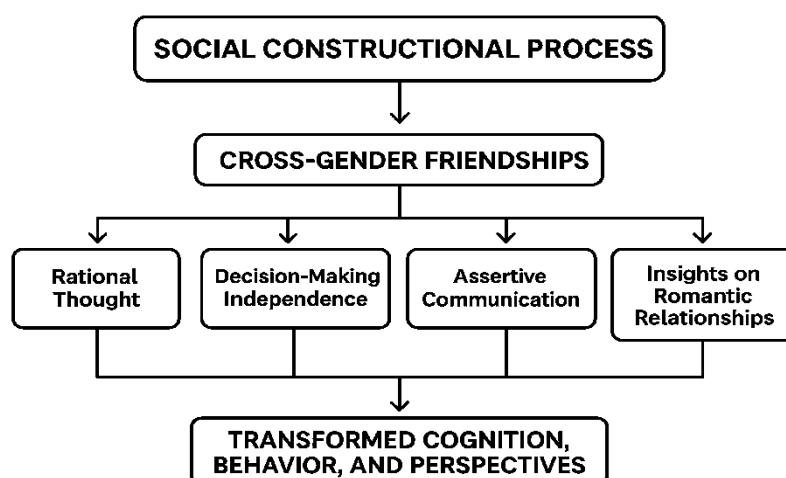
terinternalisasi tersebut. Preferensi berupa pengaturan jarak emosional, pengelolaan komunikasi, dan kewaspadaan terhadap penafsiran romantis sejalan dengan temuan penelitian komunikasi interpersonal yang menunjukkan bahwa relasi laki-laki-perempuan sering kali dikelola melalui strategi pembatasan interaksi untuk menjaga kejelasan status hubungan (Bippus & Dunbar, 2003). Selain itu, struktur gender heteronormatif sebagaimana dijelaskan Connell dalam *Gender and Power* (1987) membentuk norma moralitas yang mengatur perilaku perempuan, termasuk ekspektasi mengenai kesopanan, kontrol diri, dan batas kedekatan antar lawan jenis. Kerangka ini selaras dengan pemikiran Ridgeway dan Correll (2004) tentang gender status beliefs, yaitu keyakinan kultural yang mengatur ekspektasi perilaku dan membingkai apa yang dianggap “pantasan gender” dalam interaksi sosial.

Ketiga, proses objektivasi tampak ketika makna dan preferensi perilaku tersebut dilembagakan sebagai aturan sosial yang dipersepsi sebagai sesuatu yang wajar dalam dinamika persahabatan heterosocial. Ekspektasi untuk menjaga reputasi, menghindari gosip sosial, serta mempertahankan citra yang dianggap sesuai dengan norma feminitas beroperasi sebagai realitas objektif dalam lingkungan sosial informan. Hal ini konsisten dengan penelitian O'Meara (1989) dan Werking (1997), yang menunjukkan bahwa persahabatan laki-laki dan perempuan sering berada di bawah pengawasan sosial karena dipersepsi memiliki potensi romantis atau ambiguitas yang tinggi, sehingga interaksi diatur oleh batas-batas sosial yang diakui bersama (*shared social boundaries*).

Keempat, eksternalisasi terjadi ketika perempuan menerjemahkan pemaknaan dan preferensi tersebut ke dalam tindakan konkret, misalnya melalui strategi komunikasi, pengaturan kedekatan, atau negosiasi ulang batas interaksi sesuai situasi. Perspektif strukturasi Giddens (1984) relevan untuk menjelaskan bahwa individu bukan sekadar mengikuti norma gender, melainkan menjadi agen yang secara aktif mereproduksi dan sekaligus berpotensi mengubah struktur tersebut melalui praktik sehari-hari. Dalam konteks ini, persahabatan menjadi arena di mana agensi perempuan dinegosiasikan dalam kerangka struktur sosial yang lebih luas.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa konstruksi sosial memainkan peran kunci dalam membentuk pemaknaan dan preferensi perilaku perempuan dewasa awal dalam persahabatan lawan jenis. Pemaknaan dibangun melalui tipifikasi sosial dan wacana gender yang dilembagakan, sedangkan preferensi perilaku merupakan bentuk adaptasi strategis terhadap ekspektasi moral dan norma interaksional yang mengatur kedekatan heterosocial. Dengan demikian, penelitian ini secara empiris menjelaskan bagaimana konstruksi sosial bekerja melalui interaksi kompleks antara struktur sosial dan agensi individu dalam membentuk dinamika persahabatan laki-laki dan perempuan.

Gambar 2: Bagan Alur Konstruksi Sosial Berdasarkan Temuan Penelitian



Sumber: Olahan Penliti, 2025

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa persahabatan lawan jenis pada perempuan dewasa awal terbentuk melalui proses konstruksi sosial yang bekerja lewat eksternalisasi, objektivasi, dan internalisasi sebagaimana dijelaskan Berger dan Luckmann. Interaksi yang terjalin dengan sahabat laki-laki membantu perempuan mengembangkan cara berpikir yang lebih rasional, mandiri, dan terstruktur, serta mendorong penyesuaian gaya komunikasi agar lebih jelas dan langsung tanpa meninggalkan aspek empati. Meski demikian, dinamika ini tetap dipengaruhi oleh norma sosial yang sering menilai kedekatan pria dan wanita sebagai hubungan yang berpotensi romantis, sehingga perempuan perlu menegosiasikan batas interaksi baik dalam ruang tatap muka maupun media digital. Selain itu, persahabatan lintas gender memberi pemahaman baru tentang cara laki-laki berkomunikasi dan menjalani relasi, sehingga membantu perempuan membentuk preferensi hubungan yang lebih realistis dan adaptif.

Secara keseluruhan, persahabatan lawan jenis menjadi ruang belajar sosial yang memperkuat agensi perempuan, memperluas pemaknaan identitas gender, dan membentuk preferensi perilaku yang sesuai dengan perubahan sosial saat ini.

Penelitian selanjutnya disarankan melakukan perbandingan antar budaya, mengkaji lebih dalam dinamika komunikasi digital, menggunakan desain penelitian jangka panjang, serta melibatkan perspektif pasangan romantis atau teori gender lain agar pemahaman tentang relasi heterosocial menjadi lebih lengkap.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Social psychology* (10th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Baym, N. K. (2015). *Personal connections in the digital age* (2nd ed.). Cambridge: Polity Press.
- Berger, P. L. (1990). *Tafsir sosial atas kenyataan: Risalah tentang sosiologi pengetahuan*. Jakarta: LP3ES.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of*

knowledge. New York: Anchor Books.

Budyatna, M., & Ganiem, L. M. (2011). Teori komunikasi antarpribadi. Jakarta: Kencana.

Chrisnatalia, M. (2022). Kualitas persahabatan lawan jenis dan kaitannya dengan kepuasan hidup individu. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(2), 145–160.

Connell, R. W. (2005). *Gender*. Cambridge: Polity Press.

Cooley, C. H. (1902). *Human nature and the social order*. New York: Scribner's.

Dewi, S. T., & Minza, W. M. (2016). Strategi mempertahankan hubungan pertemanan lawan jenis pada dewasa muda. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 2(3), 192–205. <https://doi.org/10.22146/gamajop.36946>

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.

Fitrianingrum, E., & Lestari, R. (2021). Hubungan kepercayaan dan kualitas persahabatan dengan lawan jenis (Undergraduate thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta). UMS Repository. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/89346>

Fox, E. C. (2024). Toward a sociological perspective on the gender sexuality of friendship. *Sociology Compass*, 18(8), 1–13. <https://doi.org/10.1111/soc4.13263>

Gagnon, J. H., & Simon, W. (1973). *Sexual conduct: The social sources of human sexuality*. Chicago: Aldine Publishing Company.

Giddens, A. (1984). *The constitution of society: Outline of the theory of structuration*. Berkeley: University of California Press.

Grover, R. L., Nangle, D. W., Serwik, A., & Zeff, K. R. (2007). Girl friend, boy friend, girlfriend, boyfriend: Broadening our understanding of heterosocial competence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 36(4), 491–502. <https://doi.org/10.1080/15374410701651637>.

Kretschmer, D. (2024). The gendered influence of cross-gender friends on the development of adolescents' gender role attitudes. *Sex Roles*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11199-024-01505-x>

Langheit, S., & Poulin, F. (2024). Links between best-friendship quality and well-being from early emerging adulthood to early established adulthood. *Emerging Adulthood*, 12(4), 539–552. <https://doi.org/10.1177/21676968241248877>

Lidyawati, K., & Budi Lestari, S. (2018). Disolusi hubungan persahabatan lawan jenis ketika friendzone. *Interaksi Online*, 6(4), 574–585. Retrieved from <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/21993>

Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society*. Chicago: University of Chicago Press.

Naila, R., & Faturachman. (2021). Ketertarikan interpersonal dalam persahabatan lawan jenis. *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*, 9(1), 55–70.

Rawlins, W. K. (1982). Cross-sex friendship and communicative management of sex-role expectations. *Communication Quarterly*, 30(4), 343–352. <https://doi.org/10.1080/01463378209369470>

Rose, S. M. (1985). Same- and cross-sex friendships and the psychology of homosociality. *Sex Roles*, 12(1–2), 63–74. <https://doi.org/10.1007/BF00288037>

Salsabilla, D. R., & Faturachman. (2022). Peran keterbukaan diri dan gender terhadap intimasi pertemanan pada usia dewasa awal (Undergraduate thesis, Universitas Gadjah Mada). UGM Repository. <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/210613>

Santrock, J. W. (2002). *Life-span development* (8th ed.). Boston: McGraw-Hill.

Stefanie. (2013). Penetrasi sosial dalam hubungan persahabatan diadik: Studi pada tiga persahabatan laki-laki dan perempuan (Bachelor thesis, Universitas Multimedia Nusantara). UMN Repository. <https://kc.umn.ac.id/id/eprint/955>

Tannen, D. (1990). *You just don't understand: Women and men in conversation*. New York: William Morrow.

Walther, J. B. (1996). Computer-mediated communication: Impersonal, interpersonal, and hyperpersonal interaction. *Communication Research*, 23(1), 3–43. <https://doi.org/10.1177/009365096023001001>

Weger, H., Cole, M., & Akbulut, V. (2018). Relationship maintenance across platonic and non-

- platonic cross-sex friendships in emerging adults. *The Journal of Social Psychology*, 159(1), 15–29. <https://doi.org/10.1080/00224545.2018.1439876>
- West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing gender. *Gender & Society*, 1(2), 125–151.
- Werking, K. (1997). *We're just good friends: Women and men in nonromantic relationships*. New York: Guilford Press.
- Wood, J. T. (2011/2013). *Gendered lives: Communication, gender, and culture*. Boston: Wadsworth.
- Yuliantin, M., Puspitawati, H., & Simanjuntak, M. (2010). Sifat, kepribadian, tujuan hidup mahasiswa, dan kaitannya dengan persepsi tentang pergaulan lawan jenis. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 3(1), 56–63. <https://doi.org/10.24156/jikk.2010.3.1.56>