

Ikatan Sosial yang Terbentuk pada Mahasiswa yang Menjalani Hubungan *Friends with Benefits*

Hafiz Utomo Putra Mawardi¹ Daniel Harapan Parlindungan Simanjuntak²

Program Studi Pendidikan Antropologi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Medan, Kota
Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia^{1,2}

Email: hafiz.utomo12@gmail.com¹ danielsimanjuntak.sosio@gmail.com²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman dan tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa dalam menjalani hubungan *Friends with Benefits*. FWB adalah hubungan yang menggabungkan elemen pertemanan dengan aktivitas seksual tanpa komitmen romantis eksklusif. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam untuk mengumpulkan data dari beberapa mahasiswa yang memiliki pengalaman FWB. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi utama mahasiswa dalam menjalani hubungan FWB adalah untuk memenuhi kebutuhan seksual tanpa tekanan komitmen, mencari kesenangan, dan mempererat hubungan pertemanan. Namun, penelitian ini juga menemukan sejumlah tantangan yang sering dihadapi, seperti munculnya perasaan cemburu, kebingungan emosional, dan risiko konflik interpersonal. Selain itu, ada juga dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis, termasuk kecemasan dan stres. Penelitian ini menyimpulkan bahwa meskipun hubungan FWB memberikan beberapa keuntungan, ada berbagai tantangan emosional dan sosial yang perlu dihadapi oleh mahasiswa. Temuan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika FWB di kalangan mahasiswa dan implikasinya terhadap kesehatan mental dan hubungan sosial mereka. Abstrak ini memberikan gambaran menyeluruh tentang tujuan, metode, temuan, dan kesimpulan dari penelitian yang dilakukan, serta menyoroti aspek-aspek penting dari pengalaman dan tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa dalam hubungan FWB.

Kata Kunci: FWB, Mahasiswa, Kebutuhan Seksual

Abstract

This research aims to explore the experiences and challenges faced by students in carrying out Friends with Benefits relationships. FWB is a relationship that combines elements of friendship with sexual activity without exclusive romantic commitment. This study uses a qualitative approach with in-depth interview methods to collect data from several students who have FWB experiences. The research results show that the main motivation for students in having a FWB relationship is to fulfill sexual needs without the pressure of commitment, seek pleasure, and strengthen friendships. However, this research also found a number of challenges that are often faced, such as the emergence of feelings of jealousy, emotional confusion, and the risk of interpersonal conflict. Additionally, there are also negative impacts on psychological well-being, including anxiety and stress. This research concludes that although FWB relationships provide several benefits, there are various emotional and social challenges that students need to face. It is hoped that these findings will provide a deeper understanding of the dynamics of FWB among college students and its implications for their mental health and social relationships. This abstract provides a comprehensive overview of the aims, methods, findings, and conclusions of the research conducted, as well as highlighting important aspects of the experiences and challenges faced by students in FWB relationships.

Keywords: FWB, Students, Sexual Needs



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Hubungan interpersonal mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi memiliki dinamika yang kompleks, termasuk hubungan yang dikenal sebagai Friends with Benefits (FWB). FWB adalah hubungan di mana dua individu yang memiliki ikatan pertemanan terlibat dalam hubungan seksual tanpa adanya komitmen romantis. Fenomena ini semakin menarik perhatian akademisi dan praktisi kesehatan mental karena melibatkan aspek psikologis, sosial, dan budaya yang kompleks. Penelitian tentang FWB menunjukkan bahwa mahasiswa yang terlibat dalam hubungan ini sering kali mencari kesenangan seksual tanpa tanggung jawab emosional yang melekat pada hubungan romantis konvensional (Hughes et al., 2005). Namun, pengalaman mahasiswa dalam menjalani hubungan FWB tidak selalu mulus dan bebas dari masalah. Tantangan seperti kecemburuan, ketidakpastian emosional, dan potensi rusaknya hubungan pertemanan menjadi isu yang sering muncul (Owen & Fincham, 2011). Pada prinsipnya, individu yang terlibat dalam hubungan FWB cenderung tidak tertarik pada komitmen dan berusaha untuk menghindari ikatan yang berhubungan dengan komitmen. Kekhawatiran muncul jika salah satu dari pasangan tersebut mengembangkan perasaan cinta karena keterlibatan dalam hubungan intim. Fondasi besar FWB adalah "*pertemanan*" dan bukan "*percintaan*". Pelaku yang ditanya biasanya hanya menjawab "dia hanya seorang teman jadi untuk apa berkomitmen lebih. FWB sebenarnya adalah sebuah aktivitas sosial. Yang menunjukkan bahwa status hubungan tidaklah penting yang penting adalah "*benefit*" dari hubungan tersebut.

Untuk menggambarkan fenomena Friends with Benefits di kalangan mahasiswa di Kota Medan, penting untuk mencermati dinamika budaya dan perkembangan teknologi yang turut memengaruhi pola hubungan seksual. Perkembangan teknologi, terutama melalui media sosial, memberikan ruang ekspresi yang lebih luas bagi mahasiswa dalam mengekspresikan kehidupan pribadi mereka. Adapun, aspek kebebasan ini perlu diperhatikan dalam konteks budaya lokal untuk memahami bagaimana mahasiswa di Kota Medan menafsirkan dan mengadaptasi fenomena FWB ini. Selain itu, observasi terhadap mahasiswa yang merantau juga memberikan wawasan mengenai potensi perbedaan norma dan nilai antara kampung halaman dan lingkungan kampus di Kota Medan. Fenomena FWB di kalangan mahasiswa yang merantau bisa menjadi cerminan adaptasi terhadap lingkungan baru yang dianggap lebih bebas dan tanpa aturan, seperti yang sering diasosiasikan dengan gaya hidup barat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk lebih mendalam memahami dinamika budaya, norma, dan nilai yang membentuk fenomena FWB di kalangan mahasiswa di Kota Medan, sekaligus memberikan kontribusi dalam penyusunan strategi pendidikan seks yang lebih kontekstual dan relevan bagi generasi muda.

Di Indonesia, fenomena FWB juga mulai mendapat perhatian, meskipun masih terbatas. Norma budaya dan agama yang kuat di Indonesia memberikan konteks unik dalam memahami pengalaman dan tantangan mahasiswa dalam hubungan FWB. Studi lokal mengindikasikan adanya tekanan sosial yang kuat yang dapat mempengaruhi dinamika hubungan ini (Sari, 2020). Selain itu, stigma sosial yang melekat pada perilaku seksual non-konvensional dapat menambah beban psikologis bagi mahasiswa yang terlibat dalam FWB (Santoso & Wulan, 2019). Berbagai penelitian telah mengungkapkan bahwa meskipun FWB menawarkan keuntungan seperti kepuasan seksual tanpa komitmen, tantangan emosional yang muncul dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis individu (VanderDrift et al., 2012). Oleh karena itu, penting untuk memahami lebih mendalam mengenai bagaimana mahasiswa menghadapi dan mengelola tantangan tersebut dalam konteks budaya Indonesia dan pengaruhnya terhadap kesejahteraan mereka.

Keputusan mahasiswa untuk terlibat dalam hubungan FWB sering kali didorong oleh berbagai faktor, termasuk kebutuhan akan keintiman fisik tanpa beban emosional yang mendalam. Menurut Lehmiller (2011), salah satu alasan utama mahasiswa memilih FWB adalah keinginan untuk menjalin hubungan yang fleksibel dan bebas dari komitmen yang sering kali dianggap mengikat. Hal ini juga diperkuat oleh temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Paul, McManus, dan Hayes (2000), yang menyebutkan bahwa hubungan FWB memberikan ruang bagi individu untuk mengeksplorasi dan memenuhi kebutuhan seksual mereka tanpa harus terlibat dalam hubungan yang penuh dengan tuntutan emosional dan komitmen jangka panjang. Namun, di balik keuntungan yang ditawarkan, hubungan FWB juga tidak lepas dari risiko. Salah satu risiko utama adalah terjadinya ketidakseimbangan perasaan antara kedua pihak. Ketika salah satu individu mulai mengembangkan perasaan romantis, dinamika hubungan dapat berubah secara signifikan, sering kali mengarah pada ketidaknyamanan dan konflik (Mongeau et al., 2013). Selain itu, dalam konteks budaya Indonesia, di mana norma dan nilai sosial serta agama sangat mempengaruhi perilaku individu, mahasiswa yang terlibat dalam FWB mungkin menghadapi tekanan dan stigma yang lebih besar. Hal ini bisa berdampak negatif pada kesehatan mental mereka, termasuk peningkatan stres dan kecemasan (Rachmawati & Wijayanti, 2018).

Studi ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang cara mahasiswa di Kota Medan bernegosiasi dalam hubungan FWB, yang dapat membantu dalam pengembangan strategi pendidikan seks yang lebih informatif dan efektif. Selain itu, memahami bentuk pertukaran dalam hubungan FWB juga dapat membantu dalam mengidentifikasi risiko dan konsekuensi yang terkait dengan hubungan semacam itu. Studi semacam ini dapat memberikan wawasan bagi universitas, lembaga pendidikan, dan organisasi kesehatan masyarakat untuk mengembangkan program yang mempromosikan hubungan yang sehat dan aman di kalangan mahasiswa. Dengan demikian, penelitian ini memiliki urgensi dalam mengatasi isu-isu penting yang berkaitan dengan kesejahteraan mahasiswa dan masyarakat di Kota Medan.

METODE PENELITIAN

Creswell (2002) menjelaskan bahwa salah satu karakteristik utama dari sebuah penelitian kualitatif adalah sifatnya yang interpretatif. Dalam hal ini, penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif pada dasarnya berusaha untuk mengembangkan penggambaran dari suatu individu atau fenomena tertentu dan kemudian menginterpretasi atau menyimpulkan makna dari fenomena tersebut baik secara personal maupun secara teoritis. Adapun di dalam konteks penelitian ini, pengalaman hidup dari kaum muda yang terlibat dalam hubungan FWB menjadi fokus utama. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan menggunakan teori pertukaran sosial. Penelitian kualitatif bersifat naturalistik karena dilakukan dalam konteks yang alamiah dan berpusat pada pemahaman mendalam pada kondisi yang sesuai dengan keadaan alami. (Sugiyono, 2013). Penelitian ini dilakukan di Fakultas Teknik dan Fakultas Bahasa dan seni Universitas Negeri Medan yang ada di Kota Medan, Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Melalui pendekatan ini, pembaca akan mendapatkan wawasan yang lebih dalam tentang arti hubungan FWB di kalangan mahasiswa dan bagaimana mereka mengelola hubungan semacam itu dalam lingkungan akademik mereka. Studi ini juga akan mencari potensi dampak negosiasi dan pertukaran sosial dari hubungan FWB pada mahasiswa dan bagaimana strategi penelitian ini dapat memberikan pandangan yang lebih jauh terkhusus pada mahasiswa yang ada di kota Medan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dengan empat informan mengenai hubungan Friends with Benefits (FWB), dapat disimpulkan bahwa FWB dipandang sebagai hubungan yang menawarkan kebebasan dari komitmen romantis yang tradisional. Pihak-pihak yang terlibat dalam FWB sepakat untuk menjalin hubungan seksual tanpa adanya ikatan emosional yang jelas atau ekspektasi untuk hubungan yang lebih serius. Motivasi untuk memasuki FWB bervariasi dari masing-masing informan, termasuk keinginan untuk memenuhi kebutuhan seksual tanpa terikat komitmen, eksplorasi hubungan yang lebih santai, dan bahkan untuk mengatasi rasa sepi. Meskipun FWB memberikan kenyamanan emosional dan fisik serta kesempatan untuk belajar lebih tentang diri sendiri, ada risiko yang muncul jika ekspektasi dan perasaan tidak sejalan antara kedua belah pihak. Beberapa informan mengakui bahwa mereka berusaha mempertahankan batasan yang jelas dan menghindari pengembangan perasaan yang lebih dalam, sementara yang lain merasa bahwa komunikasi terbuka dan realistis adalah kunci untuk menjaga hubungan FWB tetap positif.

Kewajiban dalam FWB dilihat sebagai hal yang penting untuk memastikan bahwa hubungan tetap saling menguntungkan dan nyaman bagi kedua belah pihak. Ini mencakup komunikasi terbuka, menghormati batasan pribadi, dan menjaga privasi. Indikator keberhasilan kewajiban biasanya terlihat dari adanya kepercayaan yang kuat di antara pasangan FWB dan kemampuan untuk menyelesaikan konflik dengan dewasa. Meskipun hubungan FWB umumnya dianggap lebih santai, informan juga mengakui bahwa ikatan sosial dapat terbentuk melalui aktivitas bersama di luar aspek seksualitas, seperti menghabiskan waktu bersama atau memberikan dukungan emosional satu sama lain. Komunikasi terbuka dan penyelesaian masalah dengan dewasa juga ditekankan sebagai kunci untuk menjaga keseimbangan dalam hubungan FWB dan memastikan kenyamanan emosional bagi kedua belah pihak. Dari hasil wawancara, terlihat bahwa pembahasan tentang kewajiban dalam FWB memainkan peran krusial dalam memastikan hubungan tetap sehat dan saling menguntungkan. Para informan menekankan pentingnya saling menghormati batasan pribadi, seperti menjaga privasi, mengkomunikasikan perasaan dan ekspektasi dengan jujur, serta memastikan bahwa tidak ada manipulasi perasaan di antara kedua belah pihak. Kewajiban-kewajiban ini tidak hanya mencakup aspek fisik seperti penggunaan kontrasepsi dan menjaga keselamatan saat berhubungan seksual, tetapi juga aspek-emosi seperti mendukung satu sama lain dalam situasi sulit dan tidak memanfaatkan kelemahan pribadi untuk keuntungan pribadi.

Ikatan sosial dalam FWB juga memainkan peran penting dalam mengelola perasaan dan harapan yang mungkin muncul dari waktu ke waktu. Meskipun FWB cenderung lebih fokus pada aspek fisik dan keintiman tanpa komitmen romantis, pembangunan ikatan sosial dapat menyediakan rasa keamanan emosional yang penting bagi kedua belah pihak. Aktivitas-aktivitas bersama di luar konteks seksual, seperti menghabiskan waktu bersama untuk mengerjakan tugas, menonton film, atau sekadar berbicara tentang kehidupan sehari-hari, membantu memperdalam pemahaman dan koneksi emosional di antara pasangan FWB. Dalam konteks akademik dan sosial kampus, FWB juga memperlihatkan tren yang signifikan di kalangan mahasiswa. Dari wawancara, terlihat bahwa beberapa informan tertarik untuk menjalani FWB sebagai alternatif dari komitmen yang lebih serius seperti pacaran, terutama untuk menjaga fokus pada studi dan karir mereka. Kebebasan dari tekanan komitmen serius juga memungkinkan mereka untuk eksplorasi diri dan memahami lebih dalam tentang kebutuhan emosional dan seksual mereka sendiri.

Namun, meskipun FWB dapat menjadi pilihan yang valid untuk beberapa individu, penting untuk diingat bahwa setiap hubungan, termasuk FWB, tidak selalu bebas dari risiko

dan konflik. Perbedaan dalam persepsi kewajiban, perubahan situasi pribadi, atau munculnya perasaan lebih dalam adalah beberapa tantangan yang dapat menguji kesehatan hubungan FWB. Oleh karena itu, komunikasi yang terbuka, pengaturan ekspektasi yang jelas, dan kesediaan untuk meninjau dan menegosiasikan ulang perjanjian adalah kunci untuk mempertahankan FWB yang positif dan bermanfaat bagi kedua belah pihak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil wawancara dengan empat informan tentang hubungan *Friends with Benefits*, dapat disimpulkan bahwa FWB merupakan fenomena yang kompleks dengan dampak-dampak yang bervariasi. Meskipun FWB menawarkan kebebasan dari komitmen romantis tradisional dan memenuhi kebutuhan seksual, risiko-risiko seperti perbedaan ekspektasi dan perkembangan perasaan yang tidak sejalan tetap ada. Oleh karena itu, menjaga komunikasi yang jelas dan terbuka, serta menegakkan batasan-batasan yang sudah disepakati menjadi krusial untuk mempertahankan kesehatan hubungan FWB yang positif. Hal ini tidak hanya membantu dalam menghindari konflik dan kekecewaan, tetapi juga memastikan bahwa kedua belah pihak merasa nyaman dan dihargai dalam hubungan tersebut. Selain itu, FWB juga dapat membentuk ikatan sosial yang memberikan kenyamanan emosional melalui aktivitas-aktivitas bersama di luar aspek seksualitas. Meskipun tidak komitmen secara romantis, ikatan sosial ini dapat memperkuat hubungan dengan membangun rasa saling percaya dan dukungan antara pasangan FWB. Dengan demikian, meskipun FWB sering kali dianggap sebagai hubungan yang lebih santai, penting untuk memahami bahwa elemen-elemen seperti komunikasi, pengaturan ekspektasi, dan penghormatan terhadap privasi dan batasan pribadi tetap memegang peranan penting dalam menjaga keberlangsungan dan kesehatan hubungan FWB.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, N. N. (2019). dinamika religiusitas pelaku fwb : studi kasus di dalam kampus islam. *Jurnal Psikologi*.
- Ardhianita, I., & Andayani, B. (2015). Kepuasan pernikahan ditinjau dari berpacaran dan tidak berpacaran. *Jurnal Psikologi*, 32(2), 101-111.
- Bukhori, M. F. (2013). The Behavioral Phenomenon Of Friend With Benefit Of. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 410-416.
- Dewi, P. Y., & Sumantri, A. (2020). Menguji Kepuasan Hubungan Melalui Intimasi Dan Perasaan Cemburu. *Jurnal Psikologi Dan Terapan*, 114-126.
- Dewi, P. Y., & Sumantri, A. (2020). Menguji Kepuasan Hubungan Melalui Intimasi Dan Perasaan Cemburu Pada Pelaku Hubungan Friends With Benefits. *jurnal psikologi. terapi dan terapan*, 10(2), 114-126.
- Dewi, T. Y. (2020). Menguji Kepuasan Hubungan Melalui Intimasi dan Perasaan Cemburu. *jurnal psikologi dan terapan*, 114-126.
- Fitriyani, A. D. (2020). Online Dating dalam Relasi Percintaan Friends with Benefit. *jurnal ilmu komunikasi*, 340-351.
- Gusarova, I. (2012). A quantitative study of "friends with benefits" relationships. *jurnal of human sexuality*, 42-54.
- Hidayat, D., Kuswarno, E., Zubair, F., & Hafiar, H. (2017). Negosiasi Citra Budaya Masyarakat Multikulturalisme. *Jurnal Aspikom*, 3(2), 157-172.
- Hubungan Tanpa Komitmen Pada Mahasiswa Yang. (2023). *Jurnal Psychology Security*, 259-168.
- Isnawan, F. (2022). Fenomena Friend With Benefit (Fwb) Di Kalangan Remaja. *junal darussalam*, 19(1), 129-163.

- Jami, E. (2023). Intimacy dan Kecemburuan Pada Pasangan Long Distance Marriage. *Jurnal pendidikan*, 591-697.
- Jamil, E. I. (2023). Intimacy dan Kecemburuan Pada Pasangan Long Distance Marriage. *Jurnal Pendidikan*, 590-598.
- Jesica, M. (2022). Konstruksi Sosial Dalam Jalinan Hubungan. *Jurnal Komunikasi*, 2(1), 8-19.
- Kirana, I. (2022). Anonymity Phenomenon In Base Fwb (Friends With Benefits). *Anonymity Phenomenon*, 12496-12505.
- Kirana, I. A. (2022). Anonymity Phenomenon In Base Fwb (Friends With Benefits). *Budapest International Research And Critics Institute*, 12496-12508.
- Konstruksi Makna Friend With Benefit (Fwb) Di Kalangan Mahasiswa. (2023). *Jurnal Pendidikan*, 7(2).
- Leandro, G. S. (2023). Studi Kasus: Faktor Mahasiswa Denpasar Melakukan Hubungan Friends With Benefits. *Jurnal socia logica*, 2(1), 1-12.
- Masha, J., & Ashaf, F. (n.d.). Konstruksi Sosial Dalam Jalinan Hubungan. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2(1).
- Mayasari, F. (2013). Prilaku Seksual Remaja Dalam Berpacaran Ditinjau Dari Harga Diri Berdasarkan Jenis Kelamin . *Jurnal Psikologi*, 120-127.
- Ollo, M. S. (2023). Pengaruh Konten Youtube Cretivox Friends with Benefit Terhadap Perilaku. *jurnal administrasi bisnis*, 20-28.
- Rahmadani, F. A. (2023). Analisis resepsi mahasiswa terhadap hubungan friends with benefits. *jurnal komunikasi*, 1031-1046.
- Ramadhani, A. F. (2023). Analisis resepsi mahasiswa terhadap hubungan friends with benefits. *jurnal komunikasi*, 1031-2046.
- Rifai, M. (2022). Fenomena Friends With Benefit Pada Mahasiswa. *jurnal psikologi talenta mahasiswa*, 120-129.
- Setijaningsih, T., Hasanuddin, & Sri Winarni. (2019, juni). Persepsi Antara Remaja Yang Berpacaran Dengan Remaja Yang Tidak Berpacaran Tentang Prilaku Seks Pranikah. *Jurnal Of Borneo Holistic Health*, 2(1), 1-16.
- Siregar, R. E., Apriliani, & Hasanah, F. N. (2020, Agustus). Analisis Faktor Prilaku Seksual Remaja Di Kota Medan. *Kajian Pangan Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 99-109.
- Sumantri, A., & Dewi, Y. D. (2020). Komparasi Antara Tingkat Kepuasan Seksual Dan Kepuasan Hubungan. *Jurnal Gamajop*, 29-42.
- Thufail, F. (2004). Riot Narrative : Public Sphere, Pragmatism And (Multi) Cultural Politics. *Jurnal Antropologi Indonesia*, 69-77.
- Vanderdrift, L. (2012). Commitment In Friends With Benefits Relationships:. *Jurnal Personal Relationship*, 1-13.
- Zafarani, L. (2023). Konstruksi Makna Friend With Benefit (Fwb) Di Kalangan Mahasiswa. *jurnal pendidikan*, 345-361.