|  |
| --- |
| selamat ulang tahun untuk wanita hebat yang kini berusia 20 tahun: semoga hidupmu penuh warna, cinta, dan kebahagiaan  **Sabda Dwi Arvinda1**  1Teknik Merindu Tingkat Tinggi, Fakultas Pencipta Rindu dan Senyum Manismu  Universitas Cinta Sejati Dunia Akhirat, Serdang 26605, Australia  [*E-mail*: sayang@lopyuu.com](E-mail:%20sayang@lopyuu.com%20)  Diterima: 26 Juni 2025. Disetujui: 28 Juni 2025. Dipublikasikan: 15 Juli 2025 |
| **Abstrak**  Ulang tahun adalah momen penuh makna yang tidak hanya menandai bertambahnya usia, tetapi juga menjadi simbol cinta, harapan, dan kebahagiaan. Penelitian ini mengkaji peran ucapan ulang tahun yang penuh gombal dan kasih sayang dalam mempererat hubungan jarak jauh (LDR), khususnya bagi wanita hebat yang berusia 20 tahun. Dengan menggunakan metode kualitatif, data dikumpulkan melalui wawancara dan analisis ucapan romantis yang dikirimkan pada hari ulang tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ucapan ulang tahun yang dipenuhi dengan kata-kata manis dan gombalan mampu memberikan warna kebahagiaan, menguatkan ikatan emosional, dan menumbuhkan rasa cinta meski terpisah jarak. Penelitian ini menegaskan bahwa kata-kata penuh cinta adalah jembatan yang menghubungkan dua hati, menghadirkan kehangatan di tengah jarak yang memisahkan.  **Kata kunci:** Ulang Tahun, LDR, Kasih Sayang, Cantik |

PENDAHULUAN

Ulang tahun adalah salah satu perayaan istimewa dalam kehidupan setiap individu, sebuah momen yang tidak hanya menandai bertambahnya usia, tetapi juga menjadi simbol pertumbuhan, harapan, serta refleksi atas perjalanan hidup yang telah dilalui. dalam setiap ulang tahun, tersimpan banyak harapan baik yang dipanjatkan untuk masa depan yang lebih gemilang, doa untuk kesehatan dan kebahagiaan, serta ungkapan rasa syukur atas segala pencapaian yang telah diraih. Bagi sebagian orang, ulang tahun menjadi saat yang tepat untuk merayakan cinta dan kasih sayang bersama orang-orang terdekat, namun bagi mereka yang menjalani hubungan jarak jauh (ldr), momen ulang tahun justru menjadi ujian kesabaran dan ketulusan yang penuh makna.

Hubungan jarak jauh kerap kali memaksa dua hati yang saling mencinta untuk tetap tegar di tengah jarak yang membentang luas, menahan rindu yang tak kunjung terobati, dan saling menguatkan meskipun hanya melalui kata-kata dan layar gawai. dalam konteks ini, ulang tahun menjadi momentum yang sangat penting untuk menunjukkan betapa kasih sayang yang tulus tidak pernah lekang oleh waktu dan jarak. Setiap ucapan ulang tahun yang dikirimkan dalam hubungan jarak jauh bukan sekadar kata-kata, melainkan doa yang penuh ketulusan agar orang terkasih tetap bahagia, sehat, dan selalu merasa dicintai meski tak bisa bertemu langsung. hubungan jarak jauh mengajarkan tentang pentingnya kepercayaan, kesetiaan, serta pengorbanan demi menjaga hubungan tetap utuh, dan ulang tahun menjadi salah satu perayaan yang sarat makna dalam perjalanan cinta tersebut.

Dalam hubungan jarak jauh, sebuah ucapan ulang tahun yang sederhana bisa berubah menjadi pelita yang menghangatkan hati dan menjadi pengingat bahwa cinta sejati selalu menemukan jalannya untuk tetap hadir dalam hidup, meskipun terhalang oleh puluhan kilometer. Kata-kata manis seperti “*selamat ulang tahun untukmu, wanita hebat yang kini menginjak usia 20 tahun. semoga setiap detik hidupmu penuh dengan warna, cinta, dan kebahagiaan, karena kamu pantas mendapatkan segalanya yang terindah*” menjadi simbol harapan agar rasa cinta terus terjalin erat, bagaikan jembatan yang menghubungkan dua hati yang rindu. Ungkapan semacam ini bukan hanya sekadar gombalan, tetapi juga menjadi pengingat akan komitmen yang selalu ada untuk menjaga hubungan tetap harmonis, meskipun hanya bertemu dalam untaian kata dan doa.

Oleh karena itu, jurnal ini hadir untuk membahas makna ulang tahun dalam konteks hubungan jarak jauh, khususnya bagi mereka yang sedang merayakan momen spesial ulang tahun pasangan tercinta. Dalam setiap baris kata yang tertulis, jurnal ini ingin menggambarkan betapa pentingnya menjaga kasih sayang agar tetap mekar, meskipun terpisah oleh jarak. Semoga setiap doa dan ucapan yang terukir di halaman jurnal ini menjadi penguat bagi mereka yang sedang berjuang dalam hubungan jarak jauh, serta menjadi pengingat bahwa cinta yang tulus selalu menemukan jalannya, tanpa peduli seberapa jauh jarak yang memisahkan.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan sentuhan penuh cinta dan gombalan manis, bertujuan untuk mengungkap bagaimana ucapan ulang tahun dapat memberikan warna, cinta, dan kebahagiaan bagi seorang wanita hebat yang merayakan ulang tahunnya yang ke-20, terutama dalam konteks hubungan jarak jauh yang penuh kerinduan.

1. **Desain Penelitian**

Peneliti merancang studi ini dengan hati yang terbuka dan penuh rasa sayang, memfokuskan pada pengumpulan data berupa ucapan ulang tahun romantis dan penuh warna yang dikirimkan dari kejauhan. Setiap kata yang dipilih dianalisis sebagai “bunga-bunga cinta” yang mekar di hati penerima, yang mampu menyuntikkan semangat dan kebahagiaan di hari istimewa tersebut.

1. **Subjek Penelitian**

Subjek utama dalam penelitian ini adalah wanita hebat berusia 20 tahun yang bernama Poppy Patricia Julyanti. Mereka dipilih karena keistimewaan usia yang menandai awal dekade baru dan perjuangan dalam menjaga cinta tetap membara meskipun ada jarak yang memisahkan.

1. **Teknik Pengumpulan Data**

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam via chat dan video call, serta pengumpulan ucapan ulang tahun dari berbagai media sosial yang penuh dengan ungkapan gombal dan doa tulus. Selain itu, peneliti juga mengamati reaksi dan respon emosional subjek terhadap ucapan tersebut, yang ditandai dengan senyum manis, haru, dan getaran hati yang tak terlukiskan.

1. **Analisis Data**

Analisis dilakukan dengan cara membaca setiap ungkapan penuh cinta seolah-olah sedang menulis puisi terindah untuk sang wanita hebat. Peneliti menggunakan metode “interpretasi romantis” untuk menelaah makna terdalam dari setiap kata dan pesan yang dikirim, serta bagaimana pesan tersebut dapat memberikan warna, cinta, dan kebahagiaan dalam kehidupan subjek.

hasil dan pembahsan

Berdasarkan hasil pengumpulan data melalui wawancara dan analisis ucapan ulang tahun yang penuh cinta dan gombalan, didapati bahwa ucapan ulang tahun tersebut berhasil menghidupkan suasana hati sang wanita hebat. Hampir semua ucapan yang mengandung kalimat manis seperti, “selamat ulang tahun, sayangku yang selalu jadi pelangi di langit hidupku” mampu membuat hati berdebar, senyum merekah, dan bahkan membuat mata berkaca-kaca karena kebahagiaan yang tak tertahankan.

Dalam hubungan jarak jauh, ucapan ulang tahun tidak sekadar kata-kata, melainkan jembatan asmara yang mampu menembus batas waktu dan ruang. Ungkapan seperti, “meski jarak memisahkan kita, cintaku tetap mengelilingimu seperti bulan yang setia menemani malam” menjadi sumber kekuatan yang menghangatkan hati dan mengikis rasa sepi.

Ucapan ulang tahun yang romantis dan penuh gombalan ternyata memiliki efek magis yang mampu mengubah hari biasa menjadi luar biasa. Gombalan yang diselipkan dalam ucapan ulang tahun bukan hanya sekadar basa-basi, tetapi merupakan ungkapan cinta yang dikemas dengan cara manis agar lebih mengena di hati. Ini seperti menabur bunga-bunga cinta di taman hati sang wanita hebat yang sedang berulang tahun, menjadikan momen itu penuh warna dan aroma kebahagiaan.

Lebih dari itu, dalam hubungan jarak jauh, ucapan ulang tahun menjadi semacam ‘obat rindu’ yang ampuh. Setiap kata manis yang diucapkan dan didengar oleh sang wanita menjadi pengingat bahwa dia selalu dipikirkan dan dicintai, meskipun tak bisa dipeluk secara langsung. Seperti bintang yang terus bersinar meski malam gelap, cinta yang terjaga melalui ucapan ulang tahun itu juga menjadi cahaya yang menuntun dua hati untuk tetap bersatu.

Gombalan yang kreatif dan tulus memperkuat ikatan emosional, membuat wanita hebat merasa istimewa dan dicintai. Hal ini membuktikan bahwa dalam setiap kata yang terucap tersimpan kekuatan luar biasa—mengubah jarak menjadi dekat, sepi menjadi hangat, dan ulang tahun menjadi perayaan cinta sejati.

Pembahasan merupakan bagian terpenting dari keseluruhan isi artikel ilmiah, minimal 4 (empat) halaman. Tujuan pembahasan adalah: menjawab masalah penelitian, menafsirkan temuan-temuan, mengintegrasikan temuan dari penelitian ke dalam kumpulan pengetahuan yang telah ada, menyusun teori baru atau memodifikasi teori yang sudah ada.

Tabel dibuat dengan lebar garis 1 pt dan *tables caption* (keterangan tabel)

dkfsdaaa

diletakkan di atas tabel. Keterangan tabel yang terdiri lebih dari 2 baris ditulis menggunakan spasi 1. Garis-garis tabel diutamakan garis horizontal saja sedangkan garis vertikal dihilangkan.

Tabel 1. Elemental compositions of sampling sites

Jika gambar atau tabel membutuhkan dua kolom, maka tabel atau gambar tersebut diletakkan di bagian halaman paling atas atau paling bawah, seperti Gambar 2.

PENUTUP

# Ucapan ulang tahun yang penuh dengan kata-kata manis, gombalan, dan doa tulus terbukti memiliki peranan penting dalam memperkuat hubungan, khususnya dalam konteks hubungan jarak jauh. Untuk wanita hebat yang merayakan usia 20 tahun, ucapan tersebut tidak hanya menjadi sekadar formalitas, tetapi juga sumber kebahagiaan dan kekuatan emosional yang mampu mewarnai hari spesialnya. Hubungan jarak jauh yang dipenuhi dengan komunikasi penuh kasih sayang dapat menjaga keutuhan cinta dan menumbuhkan harapan yang indah untuk masa depan bersama. Dengan demikian, ucapan ulang tahun yang romantis dan penuh warna adalah bukti nyata bahwa cinta sejati mampu melewati segala batas, termasuk jarak dan waktu.

ucapan terimakasih

Ucapan terimakasih ditujukan kepada institusi resmi atau perorangan sebagai penyandang dana, atau yang telah memberikan kontribusi lain dalam penelitian. Ucapan terimakasih dilengkapi dengan nomor surat kontrak penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Daftar Pustaka dituliskan secara lengkap, sesuai dengan rujukan dalam uraian. Daftar Pustaka hanya memuat sumber yang dirujuk dalam uraian. Sumber rujukan minimal 50% berupa pustaka terbitan 10 tahun terakhir. Rujukan minimal 50 % berupa artikel-artikel penelitian dalam jurnal atau laporan penelitian.

Dalam penulisan daftar pustaka, semua nama penulis dicantumkan dan dituliskan urut secara alphabetic. Penulisan daftar pustaka sesuai dengan APA Style.

Untuk merujuk atau mensitasi sumber kajian dapat menggunakan Zotero, Mendeley, EndNote dan sejenisnya.

**Contoh :**

**Articles in Periodicals**

**Articles in Journal Paginated by Volume**

Harlow, H. F. (1999). Fundamentals for preparing psychology journal articles. *Journal of Comparative and Physiological Psychology*, 55, 893-896.

**Articles in Journal Paginated by Issues**

Kansiati, C. L. (2006). Orientasi baru penyelenggaraan pendidikan program profesional dalam memenuhi kebutuhan dunia industri. *VOLT -* *Jurnal Pendidikan Teknik Elektro*, 8(1), 57-65.

**Articles in a Magazine**

Henry, W. A., III. (2005, April 12). Making the grade in today’s schools. *Time*, 135, 28-31

**Articles in a Newspaper**

Pitunov, B. (2008, Desember 13).Sekolah unggulan ataukah sekolah pengunggulan?*. Majapahit Pos,* pp. 4, 11*.*

**Books**

**Edited Book with an Author or Authors**

Morshed, M. M., & Haseeb, A. S. M. A. (2009). *Physical and chemical characteristics of commercially available brake shoe lining materials : A comparative study*. Dhaka : Materials and Metallurgical Department, Bangladesh University of Engineering and Technology.

**A Translation**

Ary, D., Yacobs, L. C., & Razavieh, A. (2001). *Pengantar Penelitian Pendidikan*. (A. Furchan, Trans). Surabaya : Usaha Nasional. (Original Work published 1976)

**Edition Other Than First**

Helfer, M. E., Kempe, R. S., & Krugman, R. D. (2000). *The battered child* (5th ed.). Chicago, IL: University of Chicago Press.

**Article or Chapter in an Edited Book**

O’Neil, J. M.,& Egan, J. (1999). Men’s and women’s gender role journeys: A metaphor for healing, transition, and transformation. In B. R. Wainrib (Ed.), *Gender issues across the life cycle* (pp. 107-123). New York, NY: Springer.

**Electronic Sources (Web Publications)**

**Article From an Online Periodical with DOI Assigned**

Wooldridge, M. S., & Shapka, J. (2012). Playing with technology: electronic toys. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 33(5), 211-218.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.appdev.2012.05.005>.

Or doi: 000000000/000000000

**Article From an Online Periodical with no DOI Assigned**

Kenneth, I. A. (2000). A Buddist response to the nature of human rights. *Journal of Buddist Ethics*, 8. Retrieved from

<http://www.cac.psu.edu/jbe/twocont.html>

**Newspaper Article**

Parker, T. (2008, May 6). Psychiatry handbook linked to drug industry. *The New York Time*. Retrieved from <http://well.blogs.nytimes.com>

**Electronic Books**

De Huff, E.W. (n.d.). *Taytay's tales: Traditional Pueblo Indian tales*. Retrieved from

[http://digital.library.upenn.edu/women/dehuff/tayt ay/taytay.html](http://digital.library.upenn.edu/women/dehuff/tayt%20%20%20%20ay/taytay.html)

Davis, J. (n.d.). *Familiar birdsongs of the Northwest*. Available from

<http://www.powellls.com/cgi-bin/biblio>? Inkey=1- 9780931686108-0

**Other Print Sources**

**Dissertation/Thesis, Published**

Wahyuni, S. Y. (2009). *Pengembangan uji kompetensi mandiri berbasis komputer untuk meningkatkan efikasi diri siswa* (Doctoral dissertatation). Retrieved from name of database

**Dissertation/Thesis, Unpublished**

Kuntoro, T. H. (2007). *Pengembangan kurikulum pelatihan magang di SMK : Suatu studi berdasarkan dunia usaha* (Unpublished Doctoral dissertation). Program Pasca Sarjana UNNES, Semarang.

**Government Document**

National Institute of Mental Health. (2008). *Clinical training in serious mental illness* (DHHS Pubication No. ADM 90-1679). Washington, DC : U. S. Government Printing Office.

**Conference Proceedings**

Suci, P., Tjipto, P., & Budi, J. (Eds.). (2013). Implementasi penggunaan simulasi phET dan KIT sederhana untuk mengajarkan keterampilan psikomotor siswa. , *Prosiding Seminar Nasional IPA IV* . Semarang: Program Studi Pendidikan IPA S1 FMIPA UNNES.