

***SELF DISCLOSURE* MAHASISWA PENGGUNA APLIKASI KENCAN
ONLINE DI PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN
KONSELING FKIP UNIVERSITAS LAMPUNG**

(Skripsi)

Oleh

Putri Tin Laurani

2113052081



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

ABSTRAK

***SELF DISCLOSURE* MAHASISWA PENGGUNA APLIKASI KENCAN ONLINE DI PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP UNIVERSITAS LAMPUNG**

OLEH

PUTRI TIN LAURANI

Penelitian ini bertujuan untuk menggali bentuk *self-disclosure* yang ditunjukkan oleh mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung yang menggunakan aplikasi kencan online. *Self-disclosure* merujuk pada tindakan sukarela dalam mengungkapkan informasi pribadi sebagai bagian dari interaksi interpersonal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif fenomenologis. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari empat mahasiswa yang telah menggunakan aplikasi kencan online selama lebih dari satu tahun. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan *thematic analysis* dengan dukungan perangkat lunak ATLAS.ti. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa pengungkapan diri dilakukan secara selektif dan bergantung pada kenyamanan, tujuan personal, serta persepsi terhadap keamanan dalam berinteraksi. Beberapa subjek cenderung terbuka untuk membangun relasi sosial, sementara lainnya bersikap lebih tertutup dan hati-hati. Variasi ini tampak jelas dalam intensitas penggunaan, jenis informasi yang dibagikan, serta cara menampilkan diri di aplikasi kencan online.

Kata kunci : *self-disclosure*, kencan online

ABSTRAK

SELF DISCLOSURE OF STUDENTS USING ONLINE DATING APPLICATIONS IN THE GUIDANCE AND COUNSELING STUDY PROGRAM OF FKIP, UNIVERSITY OF LAMPUNG

By

PUTRI TIN LAURANI

This study aims to explore the forms of self-disclosure demonstrated by students of the Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, University of Lampung, who use online dating apps. Self-disclosure refers to the voluntary act of disclosing personal information as part of interpersonal interactions. This study used a qualitative approach with a descriptive phenomenological method. The subjects in this study consisted of four students who had used online dating apps for more than a year. Data were obtained through in-depth interviews and analyzed using thematic analysis supported by ATLAS.ti software. The results showed that self-disclosure was carried out selectively and depended on comfort, personal goals, and perceptions of safety in interactions. Some subjects tended to be open to building social relationships, while others were more withdrawn and cautious. This variation was evident in the intensity of use, the type of information shared, and how they presented themselves on online dating apps..

Keywords: *self disclosure, online dating*

***SELF DISCLOSURE* MAHASISWA PENGGUNA APLIKASI KENCAN
ONLINE DI PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN
KONSELING FKIP UNIVERSITAS LAMPUNG**

oleh

Putri Tin Laurani

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Bimbingan Dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

Judul Skripsi

: SELF DISCLOSURE MAHASISWA PENGGUNA
APLIKASI KENCAN ONLINE DI PROGRAM
STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP
UNIVERSITAS LAMPUNG

Nama Mahasiswa

: Putri Tin Laurani

No. Pokok Mahasiswa

: 2113052081

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling

Jurusan

: Ilmu Pendidikan

Fakultas

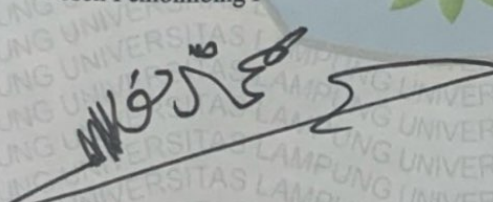
: Keguruan dan Ilmu Pendidikan

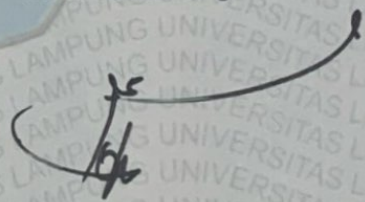
MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

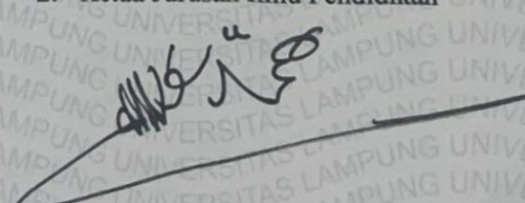
Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.
NIP 197412202009121002


Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi.
NIP. 198709182015041001

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan


Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M.Si.
NIP 197412202009121002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji
Ketua

: **Dr. Muhammad Nurwahidin, M.Ag., M. Si**

Sekretaris

: **Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi.**

Penguji Utama

: **Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi**

2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd.

NIP. 198705042014041001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi: **22 Juli 2025**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Putri Tin Laurani
Nomor Pokok Mahasiswa : 2113052081
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Lokasi Penelitian : Universitas Lampung

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Self Disclosure Mahasiswa Pengguna Aplikasi Kencan Online Di Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fkip Universitas Lampung” tersebut adalah benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan terkecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Bandar Lampung, 22 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Putri Tin Laurani
NPM. 2113052081

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama Putri Tin Laurani yang dilahirkan di Cimahi pada tanggal 31 Januari 2003. Penulis merupakan anak ke 4 dari pasangan bapak Hendi Supriyatna dan ibu Neneng Ratna Ningsih. Penulis memulai pendidikan formal di SDN Cipageran Mandiri 2 pada tahun 2010, kemudian pindah ke SDN 1 Way Lunik dan menyelesaikan pendidikan dasar pada tahun 2015. Setelah itu, ia melanjutkan pendidikan ke SMPN 1 Abung Semuli dan lulus pada tahun 2018. Pendidikan menengah atas ditempuh di SMAN 1 Abung Semuli dan lulus pada tahun 2021. Pada tahun yang sama, penulis diterima sebagai mahasiswa Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN). Pada tahun 2024 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) yang dilaksanakan di Desa Way Galih, Kecamatan Tanjung Bintang, Kabupaten Lampung Selatan

Selain berfokus pada kegiatan akademik, penulis juga aktif dalam berbagai kegiatan dan organisasi. Pada tahun 2024, penulis mengemban amanah sebagai Bendahara Umum di organisasi yang sama. Dalam bidang seni, penulis meraih Juara 1 Lomba Baca Puisi pada ajang Pekan Seni Mahasiswa Provinsi (PEKSIMIPROV) tahun 2022 dan mewakili Provinsi Lampung dalam Pekan Seni Mahasiswa Nasional (PEKSIMINAS). Penulis juga pernah menjadi juri dalam lomba Musikalisasi Puisi yang diselenggarakan oleh UKMF KSS FKIP UNILA pada tahun 2023.. Selain itu, penulis mengikuti kelas menulis puisi yang diselenggarakan oleh Lampung Literatur dan karyanya diterbitkan dalam sebuah e-book berjudul "Tula." . Selain kegiatan akademik dan organisasi, penulis juga memiliki pengalaman magang sebagai *public relation* di yayasan Halo Jiwa Indonesia pada tahun 2025

MOTTO

”Hanya dengan gelombang buas dan ganas yang mampu melahirkan pelaut-pelaut tangguh”

(KSS)

”Tidak ada lagi pilihan lain, kita harus berjalan terus, karena berhenti atau mundur, berarti hancur”

(Taufiq Ismail)

“Dibutuhkan kesetiaan untuk berani, dibutuhkan keberanian untuk tetap setia.”

(Ari Pahala Hutabarat)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas terselesaikannya penulisan skripsi ini, kupersembahkan karya kecilku teruntuk insan yang paling berharga, tak terukur nilainya dengan materi dunia

Kupersembahkan karya kecilku ini kepada: **Kedua orang tua tercinta** yang doanya tak pernah putus, yang peluh dan letihnya menjadi jalan terang bagi langkahku, yang kasih sayangnya menjadi pijakan kokoh dalam setiap perjuanganku. Semoga skripsi sederhana ini menjadi bukti bahwa setiap tetes air mata dan doa kalian tidak pernah sia-sia. Dengan penuh cinta, karya ini adalah milik kalian.

SANWACANA

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi dengan judul “Self Disclosure Mahasiswa Pengguna Aplikasi Kencan Online Di Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fkip Universitas Lampung” adalah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Lusmeilia Afriani, D. E. A., I. P. M., selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Dr. Albet Maydiantoro, M.Pd. selaku Dekan Dakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Dr Muhammad Nurwahiddin, M.Ag., M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Dr. Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A. selaku Ketua Program Studi S-1 Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung
5. Dr. Muhammad Nurwahiddin, M.Ag., M.Si., selaku pembimbing I sekaligus dosen pembimbing akademik yang selalu memberikan pengarahan dan saran yang baik sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Moch. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi. selaku pembimbing II atas kesediannya dalam memberikan pengarahan dan bimbingan sampai peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini

7. Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi., selaku dosen pembahas yang berkenan memberikan arahan dan pengetahuan terkini sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
8. Bapak/Ibu Dosen dan Staf Karyawan Bimbingan dan Konseling, yang telah memberikan dukungan hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.
9. UKMF KSS FKIP UNILA, yang selalu menjadi rumah, tempat untuk pulang, tempat untuk bertumbuh dan menemukan keluarga-keluarga baru
10. Orang tua tercinta, ibu Neneng Ratna Ningsih dan Bapak Hendi Supriyatna yang telah memberikan cinta, kasih sayang, motivasi, doa, dan dukungan secara penuh dalam setiap langkah penulis. Terima kasih telah berjuang untuk selalu sehat dan terus membersamai penulis
11. Kakak-kakak tersayang, Heranti Oktaria, Riki Andika, dan Riga Priangga yang selalu memberikan bantuan, dukungan, doa, motivasi dan semangat kepada penulis
12. Kakak-kakak ipar yang baik hati, Riki Rahardi, Pipit Jamila, dan husnul khotimah yang selalu peduli dan memberikan semangat kepada penulis
13. Ponakan-ponakan yang lucu, Aisha Malika Sidqia, Muhammad Talhah Ataya, Assyafa Ciara Salsabila, Muhammad Ubay yang selalu menghibur dan memberikan semangat kepada penulis
14. Gunawan, terima kasih atas semua support dan kebahagiaan yang telah diberikan selama penulis menyelesaikan studi
15. Teman-teman, Mita, Nanda, Nadila, Kina, Stef yang selalu memberikan warna dalam setiap langkah penulis selama kuliah, selalu menemani, dan memberikan bantuan
16. Seluruh teman-teman mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2021 yang telah memberikan pengalaman dan menambah cerita selama menempuh pendidikan di Program Studi Bimbingan dan Konseling.

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN.....	vi
I.PENDAHULUAN.....	2
1.1 Latar belakang.....	2
1.2 Identifikasi Masalah	9
1.3 Rumusan Masalah	9
1.4 Tujuan Penelitian.....	9
1.5 Manfaat Penelitian.....	10
1.5.1 Manfaat Teoritis	10
1.5.2 Manfaat praktis.....	10
1.6 Ruang Lingkup Penelitian	11
 II.TINJAUAN PUSTAKA	 12
2.1. Kencan <i>Online</i>	12
2.1.1 Definisi Kencan <i>Online</i>	12
2.1.2 Faktor Pendorong dalam Melakukan Kencan <i>Online</i>	13
2.1.3 Perkembangan Aplikasi Kencan <i>Online</i> di Indonesia	14
2.2. <i>Self Disclosure</i>	17
2.2.1 Pengertian <i>self disclosure</i>	17
2.2.2 Aspek-aspek <i>self disclosure</i>	18
2.2.3 Faktor-faktor yang memengaruhi <i>self disclosure</i>	19
2.2.4 Manfaat <i>self disclosure</i>	20
2.3. Dampak Kencan <i>Online</i> Pada Tahap Perkembangan Dewasa Awal	23
2.4. Penelitian yang Relevan	25

III. METODE PENELITIAN.....	32
3.1 Pendekatan dan Metode Penelitian.....	32
3.2 Subjek Penelitian	32
3.3 Subjek dan Kriteria Inklusi	32
3.4 Teknik Sampling.....	33
3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	34
3.6 Sumber Data Penelitian	35
3.7 Teknik Pengumpulan Data	35
3.8 Alat Bantu dalam Penelitian.....	36
3.9 Uji Keabsahan Data.....	36
3.10 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	38
3.11 Teknik Analisis Data Penelitian.....	39
 IV. Hasil dan Pembahasan.....	 40
4.1 Hasil Penelitian	40
4.1.1 Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	40
4.1.2 Hasil Analisis Data Bagaimana <i>Self Disclosure</i> Mahasiswa Pengguna Aplikasi Kencan <i>Online</i>	41
4.2 Pembahasan.....	61
 V. PENUTUP	 69
5.1 Kesimpulan	69
5.2 Saran	70
5.2.1 Bagi Mahasiswa Pengguna Aplikasi Kencan <i>Online</i>	70
5.2.2 Bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling	71
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	71
 DAFTAR PUSTAKA	 72

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Penjelasan Word Cloud.....	43
2 Frekuensi coding	47
3. frekuensi coding tema baru	47
4. Hasil Coding	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Word Cloud.....	42
2. Generating Initial Code.....	46
3. Network Analisis.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Transkrip wawancara 1.....	75
Lampiran 2 Instrumen penelitian	86

I.PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Internet telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari dan membuka banyak peluang baru dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam membangun hubungan dengan orang baru. Peris, et. al. (dalam maharani, 2017) dalam studinya tentang hubungan interpersonal pada *cyberspace* yang menggunakan saluran *chat room* sebagai media interaksi, menyebutkan beberapa motivasi utama seseorang untuk terhubung dengan internet, antara lain mencari percakapan, mencoba saluran media baru, dan memulai hubungan dengan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa internet bukan hanya menjadi alat komunikasi, tetapi telah menjadi sarana untuk mencari pengalaman dan hubungan baru.

Seiring dengan perkembangan teknologi, media sosial menjadi salah satu platform utama yang digunakan untuk berinteraksi di dunia maya. Herring dan Kapidzic (dalam Utami 2024) menjelaskan bahwa pengguna sosial media kebanyakan menampilkan foto maupun video yang diunggah untuk mempresentasikan diri secara daring. Pengguna situs web akan membaca biografi profil pengguna lain sebagai dasar untuk memutuskan apakah akan berinteraksi dengan mereka atau tidak berdasarkan informasi yang diperoleh dari profil pengguna tersebut.

Media sosial memberikan ruang bagi individu untuk membangun identitas digital dan menarik perhatian orang lain berdasarkan bagaimana mereka mempresentasikan diri. Pengguna sosial media melakukan beragam jenis komunikasi untuk tetap menjalin suatu relasi, hingga dibuatlah aplikasi khusus bagi pengguna yang ingin menjalin relasi romantis yang dikenal sebagai aplikasi kencan *online* (Utami, 2024). Kencan *online* merupakan salah satu bentuk interaksi sosial yang difasilitasi oleh internet, di mana individu dapat mencari

dan berkomunikasi dengan calon pasangan melalui aplikasi atau situs web kencan. Kencan *online* adalah proses di mana individu bertemu, berkomunikasi, dan sering kali membentuk hubungan romantis melalui media digital. Menurut Wiederhold (dalam Utami 2024) aplikasi kencan *online* menawarkan kemudahan untuk menyeleksi calon pasangan tanpa harus bertemu langsung dan dapat dengan mudah mencari kriteria calon pasangan yang diinginkan. Ini menunjukkan bahwa kencan *online* memiliki kelebihan dalam hal efisiensi dan kenyamanan. Namun, kencan *online* juga memiliki kelemahan, seperti risiko keamanan dan kemungkinan terjadinya penipuan oleh pengguna lain. Meskipun demikian, ada berbagai faktor yang mendorong individu untuk menggunakan aplikasi kencan *online*. Wang dan Chang (dalam Maharani, 2017) dalam penelitiannya *Cyber Relationship Motives: Scale Development and Validation* menyatakan bahwa terdapat 9 faktor yang menjadi motif individu untuk menjalin *cyber-relationship*, yaitu anonimitas, mencari partner seks, mencari cinta, pelarian diri, rasa penasaran, komunikasi lebih mudah, dukungan emosional, rasa penasaran, dan kesempatan bertemu orang baru. Faktor-faktor ini menunjukkan bahwa kencan *online* menawarkan solusi untuk berbagai kebutuhan dan keinginan individu dalam membentuk hubungan romantis. Selanjutnya, menurut Veronon (dalam Safitri 2023) mengungkapkan aplikasi dating *online* memudahkan individu untuk melakukan penghindaran atau penolakan. Hal tersebut terjadi karena pengguna dating apps dapat mengatur serta dapat mengizinkan kontak lebih lanjut apabila hanya memiliki kesamaan minat antar pengguna. Saat ini, dating *online* banyak dijadikan alternatif pilihan individu dalam mencari pasangan untuk tujuan kesenangan ataupun hubungan serius

Meskipun kencan *online* menawarkan banyak kemudahan, pengguna tetap harus berhati-hati dalam berinteraksi dengan orang lain di dunia maya khususnya dalam aplikasi kencan *online*. Menurut survei terbaru dari populix yang dipublikasi oleh infobanknews.com mengungkap 56 % responden menyatakan pernah mengalami kejadian tidak menyenangkan di aplikasi. Beberapa kejadian tidak menyenangkan ini meliputi penipuan profil (71 %), penggunaan bahasa yang kasar atau tidak sopan (52 %), pelecehan seksual (30 %), perselingkuhan

(23 %), penipuan uang (22 %), cyberstalking (21 %), dan pencurian identitas atau doxing (21 %). Dalam survei tersebut juga merinci aplikasi kencan *online* yang paling banyak digunakan oleh mayoritas responden adalah Tinder (38%), Tantan (33%) dan Bumble (17%). Hal ini menandakan popularitas dari aplikasi tersebut cukup tinggi di masyarakat Indonesia. Selain aplikasi tersebut, aplikasi kencan lain yang digunakan oleh responden meliputi Omi (13 %), Dating.com (12 %), Badoo (10 %), Taaruf.id (7 %), OkCupid (7 %) dan Muslima (5 %). Mengutip laporan *Indonesian Usage Behavior and Online Security on Dating Apps* yang dipublikasikan oleh Kompas.com (2024) dari 732 orang yang menggunakan aplikasi kencan *online*, mayoritas yakni sebesar 52% adalah generasi milenial. Disusul Gen Z sebesar 44% dan Gen X sebanyak 4%. Angka-angka tersebut menunjukkan bahwa aplikasi kencan *online* paling populer di kalangan generasi yang lebih muda, yang lebih terbiasa dengan teknologi dan internet

Mahasiswa sebagai generasi *digital native* cenderung cepat beradaptasi dengan perubahan teknologi dan memanfaatkan aplikasi kencan *online* sebagai salah satu sarana untuk menjalin hubungan. Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan aplikasi kencan *online* telah meningkat secara signifikan di kalangan mahasiswa. Sebuah survei dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 72,8% pengguna internet di Indonesia adalah generasi muda, termasuk mahasiswa. Dalam konteks komunikasi interpersonal yang terjadi di aplikasi kencan *online*, *self-disclosure* menjadi landasan penting dalam membangun relasi yang intim dan bermakna.

Menurut Jourard (1971) *self disclosure* adalah Sebuah proses di mana seseorang secara sukarela menyampaikan informasi pribadi seperti pikiran, perasaan, pengalaman, dan persepsi dirinya kepada orang lain. Pada interaksi melalui aplikasi kencan *online*, *self-disclosure* memainkan peran utama karena hubungan yang terjalin diawali dari komunikasi berbasis teks tanpa tatap muka langsung. Oleh karena itu, bagaimana seseorang membagikan informasi tentang dirinya menjadi faktor penentu dalam membangun kepercayaan dan kedekatan emosional. Penelitian oleh Wibowo (2021) menunjukkan bahwa proses *self-disclosure* di media kencan daring berlangsung secara bertahap, diawali dengan

informasi umum lalu berkembang menjadi pembagian informasi yang lebih pribadi seiring meningkatnya intensitas dan kepercayaan antar pengguna. Namun, *self-disclosure* dalam ruang digital juga menghadirkan tantangan tersendiri. Ketidakhadiran isyarat non-verbal dapat mengaburkan makna pesan, serta meningkatkan risiko misinterpretasi atau penyalahgunaan informasi pribadi. Bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling, pemahaman tentang bagaimana mengelola keterbukaan diri di dunia digital menjadi sangat penting, mengingat kemampuan ini tidak hanya berdampak pada kehidupan pribadi mereka, tetapi juga pada kapasitas mereka kelak dalam membangun hubungan profesional yang efektif dengan konseli. Kesadaran akan batasan dan etika dalam *self-disclosure* menjadi bagian integral dari pembentukan kualitas pribadi konselor yang berintegritas dan berempati.

Dalam menghadapi era digital yang penuh tantangan, penting bagi calon konselor untuk tidak hanya memahami teknologi sebagai alat bantu, tetapi juga sebagai faktor yang memengaruhi perkembangan pribadi dan profesional mereka. Corey (2016) menyatakan bahwa mahasiswa Bimbingan dan Konseling harus dapat mengenali dan mengatasi pengaruh negatif dari teknologi dalam kehidupan pribadi mereka untuk menjadi konselor yang efektif. Dalam era digital seperti saat ini, teknologi menjadi ruang baru yang memfasilitasi interaksi sosial, termasuk melalui aplikasi kencan *online*. Namun, penggunaan teknologi ini tidak terlepas dari tantangan, terutama dalam hal *self-disclosure* atau keterbukaan diri.

Self-disclosure yang dilakukan secara daring, khususnya melalui aplikasi kencan *online*, sering kali terjadi di luar kontrol sosial yang biasa terjadi dalam interaksi tatap muka. Hal ini dapat memicu keterbukaan yang terlalu cepat atau tidak selektif, sehingga berisiko terhadap privasi dan kesehatan psikologis pengguna. Bagi mahasiswa Bimbingan dan Konseling, keterampilan mengelola *self-disclosure* menjadi krusial, tidak hanya dalam peran profesionalnya sebagai calon guru BK, tetapi juga dalam menjaga kesehatan mental dan kepribadian yang seimbang. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk menyadari bahwa *self-disclosure* bukan hanya alat komunikasi interpersonal, melainkan juga refleksi dari kematangan pribadi dan integritas. Dengan mengenali

bagaimana teknologi memengaruhi pola keterbukaan diri, mahasiswa Bimbingan dan Konseling dapat belajar mengatur batasan dalam berbagi informasi pribadi dan membangun relasi yang sehat, baik secara daring maupun luring. Kemampuan ini merupakan bagian integral dari kompetensi profesional seorang konselor. Dalam dunia bimbingan dan konseling, keberhasilan hubungan antara konselor dan klien sangat ditentukan oleh karakter pribadi konselor itu sendiri, bukan semata pada teknik atau strategi yang digunakan. Menurut Putri (2016), untuk dapat melaksanakan peranan profesional yang unik dan terciptanya layanan bimbingan dan konseling secara efektif, sebagaimana adanya tuntutan profesi, konselor harus memiliki kualitas pribadi. Keberhasilan konseling lebih tergantung pada kualitas pribadi konselor dibandingkan kecermatan teknik. Salah satu aspek dari kualitas pribadi tersebut adalah kemampuan konselor dalam melakukan *self-disclosure* secara tepat.

Self-disclosure tidak hanya berfungsi sebagai alat untuk membangun hubungan yang otentik dan empatik dengan klien, tetapi juga mencerminkan tingkat kejujuran, integritas, dan stabilitas emosional seorang konselor. Dalam konteks mahasiswa Bimbingan dan Konseling, pembiasaan untuk terbuka terhadap diri sendiri dan orang lain termasuk melalui media digital menjadi bagian penting dari proses pembentukan kualitas pribadi tersebut. Namun, keterbukaan ini harus dilatih dengan kesadaran akan batasan profesional dan etika, terutama dalam penggunaan aplikasi kencan *online* yang dapat mempertemukan kebutuhan personal dan profesional dalam satu ruang digital. Menurut Asari & Mukhoyyaroh (2024) *Self-disclosure* dapat menjadi salah satu strategi coping dengan membagikan keluhan kesah sehingga dapat mengurangi stress, kecenderungan untuk bunuh diri serta meningkatkan well-being individu. Dalam hubungan interpersonal, *self-disclosure* menjadi unsur inti yang menentukan keberhasilan suatu hubungan. Namun, terdapat batasan yang perlu dipahami oleh individu dalam melakukan *self-disclosure*, terutama dalam setting *online*. Oleh karena itu, penelitian yang mengkaji *self-disclosure* pada setting *online* perlu dilakukan guna mengetahui faktor-faktor yang mendorong *self-disclosure* individu serta meminimalisir dampak negatif dari *self-disclosure* yang dilakukan di media sosial.

Kompetensi kepribadian konselor secara resmi diatur dalam undang-undang. Berdasarkan Permendiknas Nomor 27 tahun 2008 untuk menjadi seorang konselor maka seseorang wajib memenuhi standar kualifikasi akademik dan kompetensi konselor yang meliputi; Beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa. Menghargai dan menjunjung tinggi nilai-nilai kemanusiaan, individualitas dan kebebasan memilih. Menunjukkan integritas dan stabilitas kepribadian yang kuat. Menampilkan kinerja berkualitas tinggi. *Self-disclosure* merupakan aspek penting dalam hubungan konseling yang berpengaruh terhadap efektivitas interaksi antara konselor dan konseli. Konselor yang mampu melakukan *self-disclosure* dengan tepat cenderung lebih mampu membangun hubungan yang kuat dan saling percaya dengan konseli. Hal ini penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, di mana konseli merasa nyaman untuk berbagi perasaan dan pengalaman mereka. *Self-disclosure* yang tepat dapat menunjukkan integritas dan keaslian konselor, yang merupakan bagian dari kompetensi kepribadian yang telah dijelaskan sebelumnya. Namun, dalam kenyataannya, mahasiswa bimbingan konseling yang menggunakan aplikasi kencan *online* sering kali mengalami kesulitan dalam melakukan *self-disclosure* secara langsung. Mereka mungkin lebih terbiasa berkomunikasi melalui media digital, yang dapat mengurangi kemampuan mereka untuk berbagi informasi pribadi secara langsung dan membangun hubungan yang mendalam. Hal ini dibuktikan oleh hasil wawancara dengan beberapa responden pengguna aplikasi kencan *online*, yang menyatakan bahwa mereka menggunakan aplikasi tersebut untuk menjalin hubungan dengan orang baru, mencari pasangan, atau mengatasi rasa kesepian.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan *self-disclosure* mahasiswa yang menggunakan aplikasi kencan *online* adalah kecenderungan untuk membandingkan diri mereka dengan profil pengguna lain. Penelitian oleh Derlega et al. (2008) menunjukkan bahwa individu yang terlibat dalam *self-disclosure* sering kali merasa tertekan untuk memenuhi ekspektasi sosial yang ditetapkan oleh orang lain, yang dapat menghambat kemampuan mereka untuk berbagi informasi pribadi secara autentik. Hal ini dapat berdampak negatif pada

hubungan interpersonal mereka, termasuk dalam konteks konseling. Di sisi lain, penggunaan aplikasi kencan *online* juga dapat memberikan dampak positif terhadap kemampuan *self-disclosure*. Aplikasi ini memungkinkan mahasiswa BK untuk berlatih berinteraksi dengan orang baru dan memperluas jaringan sosial mereka. Melalui interaksi yang beragam, mahasiswa BK dapat belajar untuk lebih terbuka dan memahami berbagai perspektif, yang pada gilirannya dapat meningkatkan keterampilan *self-disclosure* mereka dalam konteks profesional. Penelitian oleh Whitty (2003) menunjukkan bahwa interaksi *online* dapat membantu individu mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih baik, yang sangat relevan bagi mahasiswa BK yang memerlukan kemampuan interpersonal yang baik dalam profesinya. Namun, ada juga sisi negatif yang perlu diperhatikan. Ketergantungan pada aplikasi kencan *online* dapat mengurangi kemampuan untuk melakukan *self-disclosure* yang lebih bermakna dalam interaksi tatap muka. Hal ini dapat memengaruhi kualitas *self-disclosure* yang dilakukan oleh mahasiswa BK, karena mereka mungkin menjadi kurang terbiasa untuk berbagi informasi pribadi secara langsung dan autentik. Selain itu, pengalaman negatif seperti socmed harassment dan cyberbullying dapat memengaruhi kestabilan emosional mahasiswa BK, yang pada gilirannya dapat menghambat kemampuan mereka untuk melakukan *self-disclosure* dengan jujur dan terbuka.

Eksposur terhadap perilaku tidak etis atau tidak jujur di platform ini juga bisa mempengaruhi pandangan mereka terhadap *self-disclosure* dan hubungan sosial. Jika mahasiswa BK mengalami atau menyaksikan perilaku yang merugikan di aplikasi kencan *online*, mereka mungkin menjadi lebih skeptis dan berhati-hati dalam berbagi informasi pribadi, baik dalam konteks *online* maupun dalam interaksi langsung. Hal ini dapat berimplikasi pada cara mereka menangani masalah klien di kemudian hari, di mana ketidakpercayaan atau ketidaknyamanan dalam melakukan *self-disclosure* dapat menghambat proses konseling yang efektif.

Aplikasi kencan *online* dapat membantu mahasiswa dalam menemukan teman baru, memperluas jaringan sosial, dan mengurangi perasaan kesepian. Menurut

Rosenfeld et al. (2019), aplikasi kencan *online* dapat menjadi alat yang efektif untuk memperluas lingkaran sosial. Namun, juga dapat menimbulkan risiko seperti pertemuan dengan individu yang berpotensi berbahaya, penipuan, serta gangguan pada kesehatan mental akibat ekspektasi yang tidak realistis dan penolakan (Choi et al., 2016). Sejalan dengan hal tersebut, menurut (Rege, 2009; Whitty, 2015) dalam Utami 2024 menjelaskan bahwa pengguna aplikasi kencan *online* sangat berpotensi menghadapi kejahatan, sebab setiap individu memiliki maksud dan tujuan masing-masing dalam penggunaan aplikasi tersebut. Potensi kejahatan yang dapat muncul yakni seperti pelecehan seksual di media sosial, hingga penipuan. Target kejahatan di aplikasi kencan *online* biasanya ditujukan pada kelompok rentan dan minoritas seperti perempuan, remaja, dan orang dengan orientasi seksual yang pada umumnya berbeda

Dalam penelitian pendahuluan yang telah dilakukan di program studi bimbingan dan konseling pada tanggal 4 agustus 2024, peneliti mewawancarai sebanyak 3 subjek yang menggunakan aplikasi kencan *online* yaitu MP, SY, dan SA. Kemudian peneliti mendapatkan informasi mengenai dampak apa saja yang mereka dapatkan dari aplikasi kencan *online*. Subjek awal berinisial SA mengaku pernah mengalami tindak kejahatan berupa pencurian uang, Pada saat itu pelaku menyuruh SA untuk membayar makanan yang mereka pesan, karena SA membayar dengan uang non tunai, SA menitipkan tas milik nya yang berisi uang tunai kepada pelaku, kemudian setelah SA mengambil kembali tasnya, uang tunai tersebut telah hilang. Subjek MP dan SY mengaku mengalami tindak kejahatan berupa *socmed harassment*. Mereka banyak bertemu dengan lelaki yang mengajak menginap di hotel. Subjek SY dan MP juga mengungkapkan hal-hal yang menjadi keuntungan menggunakan aplikasi kencan *online*. Subjek MP mengungkapkan selama ia menggunakan aplikasi kencan *online* relasinya semakin luas hingga ia bisa mendapatkan member baru di bisnisnya. Subjek SY mengungkapkan bahwa ia bertemu dengan seorang yang membantunya dalam menyelesaikan proposal penelitian.

Dengan berbagai permasalahan yang telah dijelaskan, peneliti tertarik untuk mengkaji bagaimana *self-disclosure* mahasiswa bimbingan dan konseling yang

menggunakan aplikasi kencan *online*. Namun untuk membuktikan apakah permasalahan itu benar adanya, peneliti akan mengkaji lebih dalam dengan mahasiswa yang memiliki interaksi melalui kencan *online* untuk mengetahui dengan pasti bagaimana *self disclosure* mahasiswa program studi bimbingan dan konseling yang menggunakan aplikasi kencan *online*. Smith dan Anderson (2018) menekankan perlunya penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi bagaimana interaksi digital mempengaruhi kesejahteraan emosional, kesehatan mental, dan hubungan sosial mahasiswa.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Terdapat mahasiswa prodi bimbingan dan konseling yang menggunakan aplikasi kencan *online* sebagai media untuk menjalin hubungan dengan orang baru
2. Terdapat mahasiswa yang lebih terbuka dan lebih bisa mengekspresikan diri melalui kencan *online*
3. Terdapat mahasiswa yang merasa kesepian menggunakan aplikasi kencan *online*
4. Terdapat mahasiswa yang menjadi korban *socmed harassment* di aplikasi kencan *online*

1.3 Rumusan Masalah

1. Bagaimana *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online*?

1.4 Tujuan Penelitian

1. Untuk memahami *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online*

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam pemahaman tentang *self-disclosure* mahasiswa yang menggunakan aplikasi kencan *online*. Selain itu juga, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan ataupun pedoman bagi kaum akademisi yang melaksanakan penelitian selanjutnya terutama yang berhubungan dengan mahasiswa, *self-disclosure*, dan aplikasi kencan *online*.

1.5.2 Manfaat praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam memberikan wawasan mendalam mengenai penggunaan aplikasi kencan *online* dapat memengaruhi *self-disclosure*. Selain itu, mahasiswa di program studi Bimbingan dan Konseling dapat menggunakan hasil penelitian sebagai referensi untuk mempelajari dinamika sosial dan psikologis terkait penggunaan aplikasi kencan *online*, sehingga mereka bisa lebih efektif dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling.

b. Bagi Pengguna Aplikasi Kencan *Online*

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada pengguna aplikasi kencan *online* tentang bagaimana penggunaan aplikasi ini memengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka, membantu mereka membuat keputusan yang lebih bijaksana tentang penggunaannya.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan memberikan masukan yang bermanfaat bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian yang lebih mendalam tentang *self-disclosure* yang dimiliki mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online*.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penulis membatasi ruang lingkup penelitian supaya penelitian ini lebih jelas dan tidak meyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, diantaranya adalah:

1. Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu Bimbingan dan Konseling dalam bidang pribadi-sosial.
2. Penelitian ini akan memfokuskan pada mahasiswa yang berusia antara 21 hingga 24 tahun yang menggunakan aplikasi kencan *online*.
3. Penelitian ini akan menggunakan metode penelitian kualitatif untuk mengumpulkan data tentang *self-disclosure* mahasiswa. Data akan dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan mahasiswa yang relevan
4. Ruang lingkup objek penelitian ini adalah mengenai bagaimana *self-disclosure* yang dimiliki mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online* di program studi bimbingan dan konseling.
5. Ruang lingkup waktu penelitian ini dilakukan di tahun 2025.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kencan *Online*

2.1.1 Definisi Kencan *Online*

Kencan *online* adalah bentuk interaksi sosial yang memanfaatkan platform digital untuk mempertemukan individu yang tertarik untuk menjalin hubungan romantis. Seiring dengan perkembangan teknologi dan internet, kencan *online* telah menjadi cara yang populer untuk bertemu dengan pasangan potensial, terutama di kalangan generasi muda khususnya mahasiswa. Menurut Smith dan Anderson (2016) kencan *online* melibatkan penggunaan situs web atau aplikasi yang memungkinkan pengguna membuat profil pribadi, mencari pasangan yang cocok, dan berkomunikasi melalui pesan atau video chat.

Konsep kencan *online* dapat bervariasi tergantung pada platform yang digunakan. Beberapa platform fokus pada hubungan jangka panjang, sementara yang lain lebih mengutamakan pertemuan kasual atau hubungan jangka pendek. Seiring dengan perkembangan ini, penelitian menunjukkan bahwa semakin banyak orang merasa nyaman menggunakan layanan kencan *online* sebagai alat untuk menemukan pasangan hidup (Rosenfeld, Reuben, & Thomas, 2019).

Selain itu, kencan *online* juga melibatkan elemen interaksi yang unik, seperti pertukaran pesan teks, foto, dan video sebelum pertemuan tatap muka. Hal ini memungkinkan individu untuk mengenal satu sama lain secara virtual sebelum membuat keputusan untuk bertemu langsung (Gibbs, Ellison, & Lai, 2015). Namun, ada juga tantangan yang muncul, seperti

risiko penipuan, informasi palsu, dan perlindungan privasi (Heino, Ellison, & Gibbs, 2019).

Dalam konteks yang lebih luas, kencan *online* juga dapat dipahami sebagai bagian dari fenomena sosial yang lebih besar, yaitu digitalisasi kehidupan sosial. Fenomena ini menunjukkan bahwa semakin banyak aspek kehidupan manusia, termasuk percintaan dan hubungan interpersonal, di mediasi oleh teknologi digital (Hobbs, Owen, & Gerber, 2017). Oleh karena itu, pemahaman tentang kencan *online* tidak hanya sebatas pada aspek teknis dan praktis, tetapi juga melibatkan aspek sosial, psikologis, dan budaya. Dengan demikian, kencan *online* adalah fenomena yang kompleks dan multidimensional, yang memerlukan pemahaman dari berbagai sudut pandang untuk dapat mengevaluasi dampaknya pada hubungan interpersonal dan dinamika sosial di era digital.

2.1.2 Faktor Pendorong dalam Melakukan Kencan *Online*

Kencan *online* telah menjadi fenomena yang semakin populer. Beberapa peneliti telah mengidentifikasi berbagai faktor yang mendorong individu untuk menggunakan platform kencan *online*. Berdasarkan studi-studi terbaru, berikut ini adalah beberapa faktor utama yang mempengaruhi keputusan seseorang untuk terlibat dalam kencan *online*:

a) Efisiensi dan Kenyamanan

Salah satu faktor pendorong utama adalah efisiensi dan kenyamanan yang ditawarkan oleh platform kencan *online*. Menurut Finkel dkk. (2012), kencan *online* memungkinkan pengguna untuk menjelajahi banyak profil potensial dalam waktu singkat, tanpa perlu meninggalkan kenyamanan rumah mereka. Hal ini sangat menarik bagi individu dengan gaya hidup sibuk yang mungkin kesulitan menemukan waktu untuk berkenalan secara tradisional.

b) Perluasan Jaringan Sosial

Kencan *online* juga menawarkan kesempatan untuk memperluas jaringan sosial seseorang di luar lingkaran sosial mereka yang biasa. Rosenfeld dan

Thomas (2012) menemukan bahwa platform kencan *online* sangat efektif dalam menghubungkan orang-orang yang mungkin tidak pernah bertemu dalam kehidupan sehari-hari mereka, terutama bagi mereka yang tinggal di daerah terpencil atau memiliki lingkaran sosial yang terbatas.

c) Pengurangan Stigma Sosial

Seiring berjalannya waktu, stigma sosial yang terkait dengan kencan *online* telah berkurang secara signifikan. Penelitian oleh Smith dan Duggan (2013) menunjukkan bahwa sikap masyarakat terhadap kencan *online* telah menjadi jauh lebih positif sejak awal 2000-an. Penerimaan sosial yang meningkat ini telah mendorong lebih banyak orang untuk mencoba platform kencan *online*.

d) Algoritma Pencocokan

Banyak situs kencan *online* menggunakan algoritma canggih untuk mencocokkan pengguna berdasarkan kepribadian, minat, dan nilai-nilai. Cacioppo dkk. (2013) menemukan bahwa pasangan yang bertemu melalui situs kencan *online* yang menggunakan algoritma pencocokan melaporkan tingkat kepuasan pernikahan yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang bertemu secara offline. Keyakinan pada efektivitas algoritma ini telah menjadi faktor pendorong bagi banyak pengguna.

Dapat disimpulkan, kombinasi faktor-faktor seperti efisiensi, perluasan jaringan sosial, pengurangan stigma, dan teknologi pencocokan telah berkontribusi pada popularitas yang terus meningkat dari kencan *online* dalam beberapa tahun terakhir. Dengan perkembangan teknologi yang terus berlanjut, kemungkinan besar kencan *online* akan terus berkembang dan menjadi bagian integral dari kehidupan sosial modern.

2.1.3 Perkembangan Aplikasi Kencan *Online* di Indonesia

komunikasi interpersonal dalam membangun hubungan romantis telah mengalami transformasi signifikan seiring dengan kemajuan teknologi. Menurut (Fatiny, 2017) Sebelum kehadiran internet sebagai media komunikasi dalam membangun hubungan interpersonal yang terbangun

secara intim antar dua individu hanya dapat dilakukan secara langsung dengan melalui perantara. Dahulu disebut dengan biro jodoh yang berperan sebagai “mak comblang” yang mengenalkan pria dan wanita lajang, sesuai dengan kriteria-kriteria yang diinginkan. Kehadiran jasa biro jodoh pada akhir abad 19, jasa biro jodoh menjadi primadona sebelum memasuki era digitalisasi sangat membantu pria dan wanita lajang yang krisis dalam hubungan percintaan untuk menemukan pasangan hidup sesuai dengan kriteria yang diinginkan masing-masing pengguna jasa biro jodoh.

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di Indonesia telah membawa perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat, termasuk dalam hal hubungan interpersonal. aplikasi kencan *online* telah menjadi salah satu fenomena yang menarik perhatian banyak individu di Indonesia. Aplikasi kencan *online* mulai masuk ke Indonesia pada awal tahun 2000-an dengan munculnya situs-situs kencan internasional yang dapat diakses oleh pengguna di Indonesia. Situs-situs seperti Match.com dan Friendster menjadi pionir dalam memperkenalkan konsep kencan *online* kepada masyarakat Indonesia. Namun, penggunaan aplikasi kencan *online* baru benar-benar meningkat pesat ketika aplikasi berbasis mobile seperti Tinder, Badoo, dan OkCupid mulai populer di kalangan pengguna smartphone pada pertengahan tahun 2010-an.

Pertumbuhan penggunaan smartphone dan akses internet yang semakin luas di Indonesia menjadi faktor utama dalam meningkatnya popularitas aplikasi kencan *online*. Aplikasi seperti Tinder, yang diluncurkan pada tahun 2012, dengan cepat menjadi populer di kalangan generasi muda Indonesia. Kesederhanaan penggunaan dan fitur-fitur yang menarik, seperti swipe untuk menyukai atau menolak profil, membuat aplikasi ini digemari. Selain Tinder, aplikasi lokal seperti Setipe dan Taaruf ID juga mulai bermunculan untuk memenuhi kebutuhan pasar lokal dengan pendekatan yang lebih sesuai dengan budaya dan nilai-nilai masyarakat Indonesia.

Perkembangan teknologi telekomunikasi dan meningkatnya akses internet berkecepatan tinggi di Indonesia telah menjadi katalis utama dalam pertumbuhan aplikasi kencan *online*. Menurut data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), penetrasi internet di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun, mencapai lebih dari 64% pada tahun 2020. Hal ini memberikan peluang bagi lebih banyak individu untuk mengakses dan menggunakan aplikasi kencan *online*.

Perubahan sosial dan gaya hidup juga berperan dalam meningkatnya penggunaan aplikasi kencan *online*. Generasi muda Indonesia yang lebih terbuka terhadap teknologi dan memiliki mobilitas tinggi lebih cenderung mencari pasangan melalui platform digital. Kesibukan dan keterbatasan waktu untuk bertemu secara langsung juga mendorong individu untuk menggunakan aplikasi kencan *online* sebagai alternatif yang lebih praktis dan efisien.

Inovasi yang dilakukan oleh pengembang aplikasi kencan *online* juga turut berkontribusi terhadap perkembangannya. Fitur-fitur seperti algoritma pencocokan yang canggih, integrasi media sosial, dan berbagai opsi komunikasi telah membuat aplikasi kencan *online* semakin menarik dan relevan bagi pengguna. Selain itu, diferensiasi aplikasi dengan fokus pada segmen pasar tertentu, seperti aplikasi

kencan untuk Muslim juga membantu meningkatkan adopsi di berbagai kelompok masyarakat.

Dapat disimpulkan bahwa perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, khususnya internet dan smartphone, telah mengubah secara signifikan cara individu membangun hubungan romantis di Indonesia. Pada masa sebelum era digital, jasa biro jodoh berperan penting dalam mempertemukan pria dan wanita lajang. Namun, sejak awal tahun 2000-an, aplikasi kencan *online* mulai diperkenalkan dan mendapatkan popularitas yang signifikan. Penggunaan aplikasi kencan *online* meningkat pesat terutama setelah munculnya aplikasi berbasis mobile seperti Tinder pada pertengahan tahun 2010-an. Selain itu, aplikasi lokal

yang disesuaikan dengan budaya Indonesia juga turut berkembang. Peningkatan penetrasi internet di Indonesia, yang mencapai lebih dari 64% pada tahun 2020, turut mendorong pertumbuhan penggunaan aplikasi kencana *online* di kalangan masyarakat.

2.2. *Self Disclosure*

2.2.1 *Pengertian self disclosure*

Keterbukaan diri atau yang sering dikenal sebagai *self-disclosure* merupakan kemampuan seseorang untuk memberikan informasi pribadi mengenai dirinya kepada orang lain. Menurut (Jourard, 1971). *Self-disclosure* adalah proses membuat diri sendiri dikenal oleh orang lain, di mana "target-persons" adalah orang-orang kepada siapa informasi tentang diri dikomunikasikan. *Self-disclosure* melibatkan pengungkapan pengalaman seseorang secara penuh, spontan, dan jujur kepada orang lain, yang dapat mengurangi misteri tentang diri mereka. Jourard juga menekankan bahwa *self-disclosure* adalah cara untuk meningkatkan kontak dengan diri sejati seseorang dan membantu dalam mengarahkan takdir mereka berdasarkan pengetahuan ini.

Self-disclosure dianggap sebagai gejala kesehatan kepribadian dan merupakan cara untuk mencapai kepribadian yang sehat. Proses ini memungkinkan seseorang untuk meningkatkan kontak dengan dirinya yang sebenarnya dan dapat membantu dalam mengarahkan takdirnya berdasarkan pengetahuan ini. *Self-disclosure* juga mengurangi misteri yang ada antara individu, karena ketika seseorang mengungkapkan dirinya sepenuhnya, spontan, dan jujur kepada orang lain, prasangka tentang dirinya dapat berubah berdasarkan fakta yang terungkap (Jourard, 1971). Dalam (deVito, 2011), di jelaskan pertama kali konsep mengenai *self disclosure* dikemukakan oleh Jourard , *self disclosure* yang didefinisikan sebagai komunikasi di mana seseorang mengungkapkan informasi terkait dirinya. Jenis kelamin, karakter individu, latar belakang budaya, karakter pendengar, dan topik yang akan dibahas adalah beberapa faktor *self disclosure* yang dapat dilakukan oleh individu. Faktor yang memengaruhi keinginan

seseorang untuk membagikan informasi tentang diri mereka sendiri adalah topik diskusi atau pembahasan. Topik umum lebih mudah dibahas daripada topik yang bersifat sensitif. Contoh topik umum adalah hobi, pekerjaan, dan informasi dasar tentang seseorang yang mudah diungkapkan, sedangkan topik sensitif seperti kehidupan pribadi, seks, masalah ekonomi, masalah keluarga, kebiasaan buruk, atau hal-hal rahasia lainnya. Dalam penelitian ini, keterbukaan diri memiliki urgensi yang tinggi karena berhubungan dengan adaptasi sosial, kesehatan psikologis, dan pengaruh media sosial terhadap pola komunikasi baru siswa. Selain itu, penelitian 21 ini juga ingin mengungkap perbedaan gender dalam keterbukaan diri, serta bagaimana siswa dapat mengembangkan keterbukaan diri yang sehat baik dalam interaksi langsung maupun di media sosial. Pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *self disclosure* atau keterbukaan diri merupakan kondisi dimana individu berbagi informasi bersifat pribadi pada orang lain secara sukarela, berbagi informasi yang bersifat pribadi pada orang lain dengan maksud memberi informasi yang akurat tentang dirinya.

2.2.2 Aspek-aspek *self disclosure*

Dalam memahami konsep *self-disclosure* secara menyeluruh, penting untuk mengeksplorasi aspek aspek yang membentuk proses ini. Setiap aspek memainkan peran krusial dalam menentukan seberapa efektif individu dapat membagikan informasi pribadi dan membangun hubungan interpersonal. Menurut Jourard dan Lasakow (1958) mengemukakan lima aspek dalam *self disclosure*, yaitu: a) *Intended Disclosure* pengungkapan informasi pribadi yang disengaja atau direncanakan dalam interaksi interpersonal, serta dalam hubungan keluarga atau sosial lainnya. b) *Amount* Seberapa banyak informasi pribadi yang dibagikan seseorang kepada orang lain. c) *Depth* Tingkat kedalaman atau keintiman informasi pribadi yang diungkapkan seseorang dalam komunikasi. *Depth* menunjukkan seberapa pribadi, sensitif, atau emosional informasi yang dibagikan. d) *Valence* Nilai emosional dari informasi yang diungkapkan, apakah positif (misalnya kebanggaan) atau negatif (misalnya rasa bersalah). e) *Honesty* Tingkat keakuratan atau kebenaran dari informasi yang dibagikan. Sejauh mana

informasi yang diungkapkan seseorang dalam komunikasi bersifat jujur, apa adanya, dan sesuai dengan kenyataan yang ia alami atau rasakan.

Menurut (Jourard, 1971) bahwa orang cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan informasi tentang selera, minat, sikap, pendapat, dan pekerjaan mereka dibandingkan dengan informasi tentang keuangan, kepribadian, dan tubuh mereka. Selain itu, *self-disclosure* juga dipengaruhi oleh target-persons, yaitu orang-orang kepada siapa informasi tersebut diungkapkan. Misalnya, orang muda yang belum menikah cenderung lebih banyak mengungkapkan diri kepada ibu mereka dibandingkan dengan ayah, teman laki-laki, atau teman perempuan. *Self-disclosure* juga dianggap sebagai gejala kesehatan kepribadian dan merupakan cara untuk mencapai kepribadian yang sehat. Ketika seseorang mengungkapkan dirinya sepenuhnya, spontan, dan jujur kepada orang lain, misteri tentang dirinya berkurang secara signifikan.

2.2.3 Faktor-faktor yang memengaruhi *self disclosure*

Self-disclosure adalah aspek penting dalam interaksi sosial, di mana individu berbagi informasi pribadi dan perasaan mereka. Berbagai faktor memengaruhi tingkat *self-disclosure* seseorang. Memahami faktor-faktor ini dapat membantu kita mengeksplorasi bagaimana komunikasi terbuka terbentuk dan bagaimana hal ini berdampak pada hubungan antarpribadi. Terdapat enam faktor dalam *Self Disclosure* yang dikemukakan (Jourard, 1971) , yaitu :

1. Aspek Informasi Diri

Self-disclosure bervariasi berdasarkan aspek informasi tentang diri yang diungkapkan. Terdapat dua kluster utama: - Kluster "High Disclosure": Tastes and Interests (Selera dan Minat), Attitudes and Opinions (Sikap dan Pendapat), dan Work (Pekerjaan). - Kluster "Low Disclosure" : Money (Keuangan), Personality (Kepribadian), dan Body (Tubuh).

2. Target-Persons

Self-disclosure juga dipengaruhi oleh target-persons, yaitu orang-orang kepada siapa informasi tersebut diungkapkan. Misalnya, orang muda

yang belum menikah cenderung lebih banyak mengungkapkan diri kepada ibu mereka dibandingkan dengan ayah, teman laki-laki, atau teman perempuan.

3. Kesehatan Kepribadian

Self-disclosure dianggap sebagai gejala kesehatan kepribadian dan merupakan cara untuk mencapai kepribadian yang sehat. Ketika seseorang mengungkapkan dirinya sepenuhnya, spontan, dan jujur kepada orang lain, misteri tentang dirinya berkurang secara signifikan.

4. Korelasi dengan Tingkat Kesukaan

Tingkat kesukaan terhadap target-persons juga ditemukan berkorelasi dengan jumlah informasi yang diungkapkan kepada mereka.

5. Perbedaan Individual

Perbedaan individual seperti perasaan dan sikap terhadap targetpersons juga mempengaruhi *self-disclosure*. Misalnya, penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih banyak mengungkapkan diri dibandingkan laki-laki, dan orang kulit putih cenderung lebih banyak mengungkapkan diri dibandingkan orang kulit hitam.

6. Usia

Seiring bertambahnya usia, jumlah informasi yang diungkapkan kepada orang lain, terutama kepada orang tua dan teman sesama jenis, cenderung menurun. Namun, pengungkapan kepada teman lawan jenis atau pasangan meningkat dari usia 17 hingga sekitar usia lima puluhan, kemudian menurun

2.2.4 Manfaat *self disclosure*

Self-disclosure merupakan aspek penting dalam interaksi sosial yang mempengaruhi dinamika hubungan antar individu. Memahami manfaat dari *self-disclosure* dapat memberikan wawasan tentang bagaimana komunikasi terbuka dapat memperkuat hubungan sosial dan meningkatkan kesejahteraan emosional. Berikut adalah beberapa manfaat *self-disclosure* yang diidentifikasi Menurut (Jourard, 1971) yang dapat dilihat dari beberapa aspek:

1. Meningkatkan Hubungan Komunikatif:

Remaja yang lebih terbuka dalam mengungkapkan diri kepada orang tua dan teman-teman mereka cenderung lebih baik dalam membangun hubungan komunikatif yang erat. Hal ini penting ketika mereka beralih ke pekerjaan klinis atau situasi sosial lainnya.

2. Kesehatan Kepribadian :

Self-disclosure dianggap sebagai gejala kesehatan kepribadian dan merupakan cara untuk mencapai kepribadian yang sehat. Ketika remaja mengungkapkan diri mereka sepenuhnya, spontan, dan jujur kepada orang lain, mereka dapat mengurangi misteri tentang diri mereka dan meningkatkan kontak dengan diri sejati mereka. Ini membantu mereka untuk lebih mampu mengarahkan takdir mereka berdasarkan pengetahuan ini.

3. Pengembangan Diri:

Self-disclosure adalah sarana untuk mencapai pertumbuhan diri. Remaja tidak akan tumbuh sampai mereka menjadi diri mereka yang sebenarnya dan bertindak sebagai diri mereka yang sebenarnya. Menekan diri sejati dapat menghentikan pertumbuhan ini, yang dapat menyebabkan berbagai masalah psikologis.

4. Kesehatan Mental:

Pengungkapan diri yang autentik dianggap sebagai faktor dalam kesehatan mental. Ini dapat mendorong kesejahteraan mental dan mencegah penyakit mental.

5. Pengetahuan Diri

Ketika seseorang mengungkapkan dirinya kepada orang lain, mereka meningkatkan kontak dengan diri mereka yang sebenarnya. Kesadaran diri ini dapat membantu mereka lebih baik mengarahkan takdir mereka berdasarkan pengetahuan ini.

6. Pemahaman dan Hubungan

Self-disclosure mengurangi misteri antara individu. Ini memungkinkan orang untuk belajar sejauh mana mereka mirip atau berbeda dalam pikiran, perasaan, dan reaksi, yang dapat meningkatkan pemahaman dan

hubungan.

7. Kepercayaan dan Kepuasan

Dalam pengaturan terapeutik, *self-disclosure* dapat menghasilkan hasil yang lebih memuaskan secara timbal balik dan membangun kepercayaan berdasarkan dasar yang masuk akal.

Selama pendidikan di kampus, mahasiswa dapat menumbuhkan rasa percaya diri, rasa empati, saling menghormati pendapat antar teman, saling menolong, dan menjalin hubungan baik dengan teman. Akibatnya, mahasiswa dapat dengan mudah menerima instruksi dosen dan membantu teman saat mereka membutuhkan bantuan. Penjelasan di atas menunjukkan bahwa pengungkapan diri sangat bermanfaat bagi setiap orang dan merupakan salah satu relasi penting yang memungkinkan seseorang untuk membangun hubungan timbal balik yang baik dengan oranglain.

(Johnson & Johnson, 1972) Menjelaskan ada beberapa manfaat keterbukaan diri (*self-disclosure*) terhadap hubungan antar pribadi adalah sebagai berikut:

1. Keterbukaan diri (*self-disclosure*) adalah dasar untuk hubungan yang sehat antara dua orang.
2. Orang yang lebih terbuka kepada orang lain akan lebih disukai orang lain.
3. Orang yang terbuka kepada orang lain cenderung memiliki sifat-sifat yang kompeten, terbuka, ekstrovert, fleksibel, adaptif, dan intelegen, yang merupakan karakteristik orang yang masak dan bahagia.
4. Membuka diri kepada orang lain adalah dasar relasi yang memungkinkan komunikasi intim baik dengan orang lain maupun dengan diri sendiri.
5. Membuka diri berarti bersikap realistis, sehingga keterbukaan diri (*self disclosure*) harus berbicara dengan jujur, tulus, dan asli.

Berdasarkan pendapat Johnson, pengenalan diri dapat membantu seseorang berkembang menjadi lebih baik dengan membangun sikap yang lebih realistis, adaptif, dan hubungan interpersonal yang positif. Dalam pendapat dari para ahli di atas dapat dilihat keduanya memiliki kesamaan pendapat bahwa *self disclosure* sangat membantu menumbuhkan hubungan sosial yang baik dengan orang-orang disekitarnya. Sedangkan perbedaan pendapat

terletak pada keluasan manfaat *self disclosure*. Pada pendapat pertama lebih menjelaskan bahwa *self disclosure* sangat bermanfaat langsung bagi perkembangan diri individu sendiri yaitu dapat membantu individu untuk lebih mengetahui siapa dirinya dan membantu dalam menyelesaikan permasalahan yang muncul. Sedangkan pendapat kedua lebih menerangkan pada manfaat *self disclosure* individu terhadap kehidupan sosialnya secara lebih luas.

Berdasarkan pemaparan para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa *selfdisclosure* adalah salah satu cara komunikasi interpersonal yang sangat penting bagi seseorang untuk beradaptasi dan membangun hubungan yang baik dengan lingkungannya. Semakin banyak *self-disclosure* yang dilakukan seseorang, semakin baik kemampuan mereka untuk beradaptasi dan menjalin hubungan dengan lingkungannya. *Self-disclosure* membantu seseorang untuk memahami lebih dalam akan dirinya sendiri, dan dengan pertukaran informasi yang dilakukan seseorang mendapatkan pandangan lain atas dirinya dan pemahaman baru tentang suatu peristiwa. Dengan melakukan *self-disclosure*, seseorang dapat mengekspresikan dirinya dan memberikan informasi secara utuh terkontrol tentang dirinya sehingga terhindar dari bentuk kesalah pahaman. Dengan melakukan *selfdisclosure*, seseorang juga mampu mengekspresikan dirinya dan memberikan informasi secara utuh.

2.3. Dampak Kencan *Online* Pada Tahap Perkembangan Dewasa Awal

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah cara individu berinteraksi, termasuk dalam hal hubungan romantis. Kencan *online* menjadi salah satu fenomena yang semakin populer di kalangan dewasa awal, yang umumnya berusia antara 18 hingga 30 tahun. Penggunaan aplikasi dan situs kencan *online* memberikan kemudahan dalam mencari pasangan, namun juga membawa dampak yang signifikan terhadap perkembangan psikologis dan sosial individu di tahap ini. Dewasa awal merupakan tahap perkembangan yang ditandai oleh pencarian identitas, eksplorasi hubungan, dan pembentukan koneksi sosial yang lebih dalam. Menurut Arnett (2015), fase ini merupakan waktu yang krusial untuk membangun hubungan romantis

yang dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional dan sosial individu. Kencan *online* menawarkan platform yang memungkinkan individu untuk menjelajahi berbagai pilihan pasangan, yang dapat mempercepat proses pencarian hubungan yang sesuai.

Salah satu dampak positif dari penggunaan kencan *online* adalah peningkatan aksesibilitas dalam mencari pasangan. Penelitian oleh Rosenfeld dan Thomas (2012) menunjukkan bahwa kencan *online* dapat memperluas jaringan sosial individu, memungkinkan mereka untuk bertemu dengan orang-orang di luar lingkaran sosial mereka. Hal ini dapat meningkatkan peluang untuk menemukan pasangan yang lebih cocok dan sesuai dengan nilai-nilai serta minat pribadi. (Arnett, 2015) Selain itu, kencan *online* juga dapat membantu individu dalam mengembangkan keterampilan komunikasi. Menurut penelitian oleh Toma dan Hancock (2013), interaksi melalui platform kencan *online* dapat meningkatkan kemampuan individu dalam mengekspresikan diri dan memahami orang lain, yang merupakan keterampilan penting dalam membangun hubungan yang sehat. Namun, penggunaan kencan *online* juga memiliki dampak negatif yang perlu diperhatikan. Salah satu masalah yang sering muncul adalah risiko penipuan dan ketidakjujuran dalam profil yang ditampilkan. Penelitian oleh Whitty (2016) menunjukkan bahwa banyak pengguna kencan *online* yang mengubah informasi pribadi mereka untuk menarik perhatian, yang dapat menyebabkan kekecewaan dan ketidakpuasan dalam hubungan yang terbentuk. Selain itu, kencan *online* dapat menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang mendalam. Menurut penelitian oleh LeFebvre et al. (2019), individu yang terlalu bergantung pada kencan *online* cenderung mengalami kesulitan dalam mengembangkan keterikatan emosional yang kuat, karena mereka mungkin lebih fokus pada aspek fisik atau superficial dari hubungan.

Secara keseluruhan, penggunaan kencan *online* memiliki dampak yang kompleks terhadap tahap perkembangan dewasa awal. Meskipun menawarkan kemudahan dan aksesibilitas dalam mencari pasangan, kencan *online* juga membawa risiko yang dapat mempengaruhi kualitas hubungan

yang dibangun. Oleh karena itu, penting bagi individu di tahap ini untuk menyadari dampak positif dan negatif dari kencan *online*, serta mengembangkan keterampilan interpersonal yang diperlukan untuk membangun hubungan yang sehat dan memuaskan.

2.4. Penelitian yang Relevan

Penelitian mengenai *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online* merupakan topik yang relatif baru, namun telah menarik minat banyak peneliti dalam beberapa dekade terakhir. Berikut ini adalah beberapa penelitian yang relevan terkait dengan *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online* yang dapat memberikan dasar teori dan pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena ini:

1. Penelitian berjudul “*Rejection Sensitivity* pada Pengguna Aplikasi Dating *Online*” oleh Safitri dkk (2023) dilakukan untuk mengetahui gambaran sensitivitas penolakan (*rejection sensitivity*) pada pengguna aplikasi kencan daring. Hasil dari penelitian tersebut diantaranya yakni sensitivitas penolakan pada pengguna aplikasi kencan daring berada pada kategori sedang. Terdapat perbedaan sensitivitas penolakan berdasarkan kelompok usia dan frekuensi mengalami penolakan dalam hubungan romantis. Sebagian besar partisipan yang menggunakan aplikasi kencan daring pernah mengalami penolakan dalam hubungan romantis sebanyak 1-2 kali (37,6%). Mayoritas partisipan menggunakan aplikasi kencan seperti Tinder dan Bumble. Penelitian ini menunjukkan bahwa pengguna aplikasi kencan daring di Indonesia memiliki tingkat sensitivitas penolakan yang sedang, dengan variasi berdasarkan usia dan pengalaman penolakan dalam hubungan romantis.

Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengguna aplikasi kencan daring mungkin mengalami tingkat penolakan yang dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional mereka. Dalam konteks mahasiswa, sensitivitas terhadap penolakan bisa berhubungan dengan tingkat stres, kecemasan, dan perasaan harga diri, yang dapat berpengaruh terhadap *self-disclosure*.

2. Penelitian berjudul "*Online Dating & Relationships*," oleh Smith dan Duggan (2013) dari *Pew Research Center* mengkaji berbagai aspek penggunaan aplikasi kencan *online*, termasuk motivasi pengguna, pengalaman mereka, dan dampaknya terhadap hubungan offline. Laporan ini menemukan bahwa banyak pengguna merasa aplikasi kencan *online* membantu mereka menemukan pasangan yang sesuai, tetapi juga mencatat adanya risiko seperti penipuan dan kecemasan terkait privasi. Temuan ini penting untuk memahami bagaimana *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online*.

Smith dan Duggan meneliti motivasi pengguna aplikasi kencan *online*, yang meliputi pencarian pasangan yang sesuai. Motivasi ini dapat berpengaruh pada *self-disclosure* mahasiswa, karena kesuksesan atau kegagalan dalam menemukan pasangan bisa memengaruhi keterbukaan diri individu.

3. Penelitian ini berjudul "Students' Perception of *Online Dating*: An Exploratory Investigation" oleh Voo et al (2023) mengeksplorasi persepsi mahasiswa terhadap kencan daring. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pandangan netral terhadap kencan daring. Mereka mengakui adanya keuntungan seperti kesempatan untuk bertemu orang baru dari berbagai negara dan budaya, serta peluang untuk belajar bahasa asing. Beberapa melihat kencan daring sebagai cara untuk mengatasi rasa malu dan mempermudah kehidupan kencan bagi individu yang sibuk. Meskipun demikian, terdapat juga pandangan negatif terkait keamanan dan kepercayaan dalam hubungan daring.

Temuan ini berkaitan erat dengan konsep *self-disclosure*, yaitu bagaimana mahasiswa membuka diri dalam interaksi di aplikasi kencan *online*. Persepsi yang netral menunjukkan bahwa mahasiswa mungkin tidak terlalu terbuka atau terlalu tertutup. Mereka cenderung melakukan *self-disclosure* secara hati-hati, tergantung pada rasa aman dan kenyamanan yang dirasakan dalam interaksi.

4. Penelitian berjudul “*Liquid love? Dating apps, sex, relationships and the digital transformation of intimacy*” oleh Hobbs et al. (2016) berfokus pada penggunaan aplikasi kencan, khususnya Tinder, dan dampaknya terhadap hubungan dan norma sosial. Berikut adalah hasil dari penelitian tersebut:

Mayoritas pengguna merasa bahwa aplikasi ini memberi mereka rasa kontrol atas pertemuan romantis dan seksual mereka, serta lebih banyak peluang untuk menemukan pasangan potensial.

Sebanyak 55% responden menggunakan aplikasi kencan untuk mencari kencan, sementara 25% menggunakannya terutama untuk mencari hubungan seksual. Hanya 10% yang melaporkan menggunakan teknologi ini untuk perselingkuhan seksual. Terlepas dari kekhawatiran bahwa aplikasi kencan mungkin merusak nilai-nilai tradisional, 72% responden merasa bahwa mereka tetap cenderung mencari hubungan monogami meskipun menggunakan aplikasi tersebut.

pengguna melaporkan bahwa pengalaman mereka dengan Tinder seringkali tidak memuaskan, dengan lebih banyak kencan yang biasa-biasa saja atau buruk dibandingkan yang baik. Namun, ada juga pengguna yang menemukan hubungan jangka panjang dan memuaskan melalui aplikasi ini. Beberapa pengguna menggunakan strategi tertentu seperti berpura-pura akan menghapus akun mereka untuk mendapatkan nomor telepon dari calon pasangan, menunjukkan adanya aspek "permainan" dalam interaksi menggunakan aplikasi ini.

Penelitian tersebut menyoroti bagaimana aplikasi kencan seperti Tinder telah mengubah bentuk intimasi dan hubungan sosial. Beberapa poin penting seperti rasa kontrol atas hubungan, motivasi penggunaan yang beragam, kecenderungan mencari hubungan monogami, hingga strategi manipulatif dalam interaksi, memberikan gambaran kompleks tentang cara individu membentuk dan mengelola keterbukaan diri (*self-disclosure*) dalam konteks digital.

5. Penelitian berjudul "Tahapan Komunikasi Interpersonal Pada Pengguna Aplikasi Kencan *Online* Bumble Dalam Upaya Menjalin Hubungan" oleh Cahyani Alfi Sahrin dan Topan Rahmatul Iman (2023) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal yang terjadi di aplikasi kencan *online* bumble memiliki tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Orientasi: Semua informan melewati tahap ini. Mereka memperkenalkan diri dan membuka informasi dasar seperti nama, gender, dan minat awal.
2. Tahap Eksplorasi Aktif: Enam dari delapan informan mencapai tahap ini, di mana mereka mulai berbagi informasi lebih dalam dan mencoba mengenal satu sama lain lebih baik.
3. Tahap Afektif: Tiga dari enam informan yang mencapai tahap eksplorasi aktif melanjutkan ke tahap ini, di mana mereka mulai berbagi perasaan dan emosi yang lebih mendalam.
4. Tahap Pertukaran Stabil: Tiga informan yang mencapai tahap afektif juga berhasil mencapai tahap ini, di mana hubungan mereka mencapai kedekatan yang lebih stabil dan kuat.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak semua pengguna aplikasi Bumble dapat melewati keempat tahapan komunikasi interpersonal. Hanya tiga dari delapan informan yang berhasil mencapai tahap pertukaran stabil. Keberhasilan ini sangat dipengaruhi oleh keterbukaan masing-masing individu dalam melalui setiap fase penetrasi sosial.

Penelitian ini menunjukkan bahwa keberhasilan dalam mencapai tahapan komunikasi interpersonal sangat dipengaruhi oleh keterbukaan individu. Bagi mahasiswa, keterbukaan dalam interaksi di aplikasi kencan dapat mempengaruhi keberhasilan mereka dalam membangun hubungan yang berkualitas, yang berdampak langsung pada kesejahteraan emosional dan sosial.

6. Penelitian ini berjudul "*Self-disclosure* dalam Komunikasi Interpersonal Pengguna Aplikasi Kencan *Online* untuk Mencari Pasangan Hidup,"

dilakukan oleh Wibowo, dkk dari Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Kristen Petra, Surabaya.

Hasil Penelitian ini adalah:

5. Kedalaman Hubungan:

- Informan dalam penelitian ini tidak mengalami kesulitan dalam melakukan keterbukaan kepada lawan bicara sejak tahap berkenalan, pacaran, hingga menikah.
- Mereka menyatakan bahwa tidak ada yang ditutupi, semua informasi dibagikan secara mendetail, dan tidak ada kebohongan kepada pasangan.
- Meskipun keterbukaan sudah dilakukan, dalam suatu hubungan tetap ada miskomunikasi atau salah persepsi terhadap pasangan.
- Beberapa hal baru mungkin diketahui setelah menikah karena adanya adaptasi dengan pasangan dan perubahan kegiatan setiap pribadi.

6. Keluasan Bahasan:

Pada awal penggunaan aplikasi kencan, informasi yang dibagikan hanya berupa foto dan biodata singkat.

- Setelah “*match*” tahap pengenalan dimulai dengan berbagi topik umum seperti pekerjaan, kegiatan sehari-hari, hobi, opini, minat, dan ketertarikan.
- Jika ada ketertarikan lebih dan kecocokan, pengguna menginginkan pertemuan untuk memastikan kebenaran informasi dari lawan bicara yang dikenal di dunia maya.
- Setelah yakin dan tertarik pada lawan bicara, topik yang lebih pribadi mulai dibagikan, terutama saat sudah berpacaran, termasuk topik keluarga, keuangan, dan kepribadian.
- Saat hubungan berlanjut ke tahap yang lebih serius, semua hal akan dibagikan secara detail kepada pasangan. Namun, beberapa hal

mungkin terlewat karena perubahan atau dianggap tidak terlalu penting.

Penelitian ini menunjukkan bahwa *self-disclosure* dalam komunikasi interpersonal pengguna aplikasi kencan *online* adalah proses bertahap. Pada awalnya, informasi yang dibagikan hanya bersifat umum dan meningkat seiring dengan kedalaman hubungan dan kepercayaan terhadap lawan bicara. Kunci utama dalam membangun hubungan dari aplikasi kencan adalah menjadi diri sendiri. Penampilan awal dari foto profil dan kecocokan dalam interaksi memainkan peran penting dalam pembentukan rasa nyaman dan ketertarikan terhadap lawan bicara.

7. Penelitian berjudul “*Cyberspace Romance: The Psychology of Online Relationships*” oleh Monica Whitty dan Adrian Carr. Aplikasi kencan *online* telah menjadi topik penting dalam psikologi karena mereka mengubah cara orang bertemu, berkomunikasi, dan membentuk hubungan. Beberapa perspektif psikologi yang relevan meliputi:

- a) Psikologi Evolusioner: Orang menggunakan aplikasi kencan untuk memaksimalkan peluang reproduktif mereka. Preferensi seperti penampilan fisik dan status sosial seringkali menjadi fokus utama dalam memilih pasangan di aplikasi ini.
- b) Psikologi Sosial: Aplikasi kencan *online* dapat memengaruhi norma sosial tentang hubungan dan pernikahan. Mereka juga memungkinkan orang untuk memperluas jaringan sosial mereka dan mengatasi keterbatasan geografis.
- c) Psikologi Klinis: Penggunaan aplikasi kencan dapat memengaruhi kesejahteraan mental. Sementara beberapa orang mengalami peningkatan kepercayaan diri dan kepuasan, yang lain mungkin mengalami penurunan harga diri atau kecemasan terkait penolakan atau kesuksesan yang rendah.
- d) Teori Kognitif dan Perilaku: Aplikasi kencan dapat memengaruhi cara individu memproses informasi dan membuat

keputusan tentang pasangan. Proses ini sering kali didorong oleh fitur seperti algoritma pencocokan dan presentasi profil.

Dapat disimpulkan bahwa penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online* merupakan proses yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti motivasi personal, persepsi terhadap keamanan, sensitivitas terhadap penolakan, serta tahapan dalam komunikasi interpersonal. Keterbukaan diri tidak terjadi secara instan, melainkan berkembang seiring dengan meningkatnya rasa percaya, kedekatan emosional, dan kecocokan antar individu. Penggunaan aplikasi kencan juga memberi ruang bagi mahasiswa untuk mengekspresikan diri secara selektif, tergantung pada konteks dan persepsi mereka terhadap risiko dan manfaat hubungan daring. Oleh karena itu, pemahaman terhadap *self-disclosure* dalam konteks ini perlu mempertimbangkan dinamika emosional, sosial, dan kultural yang memengaruhi cara mahasiswa membangun dan mempertahankan hubungan melalui platform digital

III. METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Creswell & Creswell (dalam Ulfatin, dkk, 2021), penelitian kualitatif adalah pendekatan untuk mengeksplorasi dan memahami makna individu atau kelompok yang dikaitkan dengan masalah sosial atau manusia. Pendekatan ini berfokus pada pemahaman mendalam tentang pengalaman dan pandangan subjek penelitian, serta konteks di mana pengalaman tersebut terjadi. Dengan demikian, penelitian kualitatif sangat cocok untuk mengkaji *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online*, karena memungkinkan peneliti untuk menggali makna dan persepsi individu terhadap penggunaan aplikasi tersebut serta bagaimana *self-disclosure* mahasiswa yang menggunakan aplikasi kencan *online*

3.2 Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian kualitatif dapat mencakup berbagai entitas seperti individu, kelompok, organisasi, atau komunitas yang menjadi fokus dari studi tersebut (Creswell, 2013). Pada penelitian kualitatif, subjek penelitian tidak disebut sebagai responden, melainkan disebut sebagai narasumber atau partisipan. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa/mahasiswi yang menggunakan aplikasi kencan *online* di program studi Bimbingan dan konseling FKIP Universitas Lampung.

3.3 Subjek dan Kriteria Inklusi

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung yang memiliki pengalaman dalam menggunakan aplikasi kencan *online*. Penentuan subjek dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan secara sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Jumlah subjek penelitian sebanyak 4 orang. Jumlah ini dipilih karena penelitian ini bersifat kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologis, di mana yang lebih diutamakan adalah kedalaman data dibandingkan dengan jumlah partisipan. Empat informan dianggap cukup untuk memperoleh gambaran yang mendalam dan beragam mengenai dinamika *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online*.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi:

1. Mahasiswa aktif Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung.
2. Berusia antara 21–24 tahun.
3. Aktif menggunakan aplikasi kencan *online* (seperti Tinder, Omi, Leomatch bot, dan sejenisnya).
4. Telah menggunakan aplikasi kencan *online* lebih dari 1 tahun
5. Bersedia menjadi partisipan dalam penelitian dan mengikuti proses wawancara secara sukarela.
6. Memiliki pengalaman melakukan komunikasi atau interaksi secara personal melalui aplikasi kencan *online*.

3.4 Teknik Sampling

Purposive sampling adalah metode sampling dalam studi kasus yang melibatkan pemilihan individu dan lokasi yang dapat memberikan informasi yang kaya dan mendalam tentang fenomena yang diteliti (Creswell, 2013). *purposive sampling* adalah strategi kunci dalam penelitian kualitatif, terutama dalam penelitian studi kasus, di mana peneliti memilih partisipan atau kasus yang dapat memberikan informasi yang kaya, relevan, dan beragam terkait dengan masalah penelitian. Sampling bertujuan melibatkan pemilihan individu atau situs berdasarkan karakteristik atau kriteria spesifik yang relevan dengan pertanyaan penelitian.

Pendekatan ini memastikan bahwa sampel tersebut informatif dan dapat memberikan wawasan tentang fenomena yang sedang diteliti (Creswell, 2013). *Purposive sampling*, juga dikenal sebagai *judgment sampling*, adalah teknik pengambilan sampel non probability yang dilakukan dengan sengaja memilih

sampel yang memiliki karakteristik, ciri, kriteria, atau sifat tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Teknik ini tidak dilakukan secara acak, melainkan berdasarkan penilaian peneliti mengenai siapa saja yang memenuhi syarat untuk dijadikan sampel. *Purposive sampling* digunakan untuk mendapatkan informasi yang mendalam dan spesifik dari kasus-kasus yang dipilih, dan tidak bertujuan untuk menghasilkan sampel yang mewakili populasi secara statistik (Abdul Fattah, 2023). Untuk pilihan sampling, menjelaskan bagaimana kasus atau partisipan yang dipilih akan berkontribusi pada pemahaman yang lebih mendalam tentang masalah penelitian. Alasan ini penting untuk kredibilitas dan validitas studi. Meskipun tidak ada aturan ketat untuk ukuran sampel dalam penelitian kualitatif, fokusnya adalah pada memperoleh kedalaman informasi yang memadai daripada kuantitas data yang besar. Ukuran sampel dapat bervariasi tergantung pada kompleksitas studi dan kekayaan data yang dikumpulkan. Dalam penelitian studi kasus, sampling bertujuan sangat penting karena memungkinkan peneliti untuk memilih kasus yang paling mungkin memberikan wawasan berharga tentang isu-isu spesifik yang sedang diselidiki. Ini dapat melibatkan pemilihan kasus yang mewakili fenomena yang lebih luas atau kasus yang unik dan memberikan perspektif yang kontras (Creswell, 2013).

3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

Peneliti melakukan penelitian di daerah asalnya, yaitu Provinsi Lampung tepatnya di program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung. Lokasi ini dipilih berdasarkan pertimbangan ketersediaan partisipan yang merupakan mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online*. Lokasi penelitian juga dapat memberikan pemahaman kontekstual tentang pengalaman mahasiswa dalam kaitannya dengan penggunaan aplikasi kencan *online*. Selain itu peneliti juga ingin mengetahui *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online* di program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung. Waktu pelaksanaan penelitiannya pada tahun 2025.

3.6 Sumber Data Penelitian

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah primer dan sekunder.

a. Data primer

Data primer merupakan data yang didapat dari sumber pertama baik dari individu atau perseorangan. Dalam penelitian ini, data primer didapatkan melalui wawancara langsung dengan informan yang ditentukan dari keterkaitan informan tersebut dengan masalah penelitian. Untuk mendapatkan data dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara atau hasil pengisian kuesioner dengan beberapa informan terkait.

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang bukan dari sumber pertama sebagai sarana untuk memperoleh data atau informasi untuk menjawab masalah yang diteliti. Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data sekunder adalah skripsi, artikel, jurnal serta situs di internet yang berkenaan dengan penelitian yang dilakukan.

3.7 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

a. Wawancara

Wawancara adalah percakapan orang per-orang dan wawancara kelompok. Percakapan dilakukan oleh kedua belah pihak, yaitu peneliti sebagai pewawancara dan narasumber atau informan sebagai terwawancara. Data akan dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online*. Wawancara akan dilakukan secara tatap muka atau melalui telepon, tergantung pada preferensi dan ketersediaan informan. Panduan wawancara yang telah disusun sebelumnya akan digunakan untuk memandu proses wawancara. Wawancara akan berfokus pada pengalaman mahasiswa terkait *self-disclosure* mereka saat menggunakan aplikasi kencan

3.8 Alat Bantu dalam Penelitian

Alat bantu penelitian merujuk pada berbagai perangkat, instrumen, atau metode yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan, menganalisis, dan menyajikan data. Alat bantu ini sangat penting untuk memastikan bahwa penelitian dilakukan secara sistematis. Dalam penelitian ini, alat bantu berfungsi sebagai fasilitator untuk mendapatkan data transkrip wawancara yang jelas dari subjek penelitian. Alat bantu dalam penelitian ini berupa smartphone untuk mengambil gambar dan merekam suara serta buku catatan untuk mencatat hasil wawancara. Alat bantu tersebut digunakan oleh peneliti dalam menuliskan hasil penelitian dalam bentuk laporan tertulis.

3.9 Uji Keabsahan Data

Keabsahan data dilakukan untuk menguji data dan memastikan bahwa penelitian itu benar-benar penelitian ilmiah. Selain itu, pengecekan keabsahan data perlu dilakukan agar terhindar dari kesalahan atau kekeliruan data yang telah dikumpulkan. Keabsahan data juga digunakan untuk mengkaji data yang diperoleh peneliti selama penelitian. Menurut Susanto (2023) Dalam penelitian kualitatif, keabsahan data diuji dengan berbagai cara, termasuk uji kredibilitas, transferability, dependability, dan confirmability.

1. Credibility (derajat kepercayaan)

Credibility (derajat kepercayaan) merupakan kriteria untuk memenuhi nilai kebenaran dari data dan informasi yang dikumpulkan. Artinya, hasil penelitian harus dapat dipercaya oleh semua pembaca secara kritis dan dari responden sebagai pemberi informasi. Suatu hasil penelitian kualitatif dikatakan memiliki tingkat kredibilitas yang tinggi apabila temuan tersebut mampu mencapai tujuannya mengeksplorasi masalah atau mendeskripsikan setting, proses, kelompok sosial atau pola interaksi yang majemuk/kompleks. Ada beberapa cara yang peneliti lakukan untuk memperoleh tingkat kredibilitas yang tinggi, antara lain :

- a. Peneliti memperpanjang waktu penelitian, yaitu dengan melakukan pertemuan sebanyak 3 kali dengan tiap-tiap partisipan. Hal ini

bertujuan agar peneliti lebih mengenal partisipan, lingkungan dan kegiatan yang dilakukannya sehari-hari.

- b. Peneliti melakukan wawancara dan pengamatan secara kontinu hingga mencapai tingkat redundancy. Selain itu, dengan cara ini peneliti juga dapat melihat dengan cermat, rinci dan mendalam setiap informasi yang diperoleh sehingga dapat membedakan mana yang bermakna dan mana yang tidak.
- c. Triangulasi dalam penelitian ini dilakukan dengan cara peneliti menanyakan kembali berbagai pertanyaan yang pernah diajukan saat wawancara kepada tiap-tiap partisipan atau orang terdekat mereka di waktu yang berbeda. Hal ini bertujuan untuk menguji konsistensi jawaban yang pernah diberikan oleh partisipan.

2. Transferability (keteralihan)

Transferability (keteralihan) merupakan kriteria yang menunjukkan derajat ketepatan dari suatu hasil penelitian, maksudnya kriteria ini digunakan untuk menilai sejauh mana temuan suatu penelitian yang dilakukan pada suatu kelompok tertentu dapat diaplikasikan pada kelompok lain pada situasi yang sama. Kriteria ini penting untuk menjamin keabsahan riset kualitatif.

3. Dependability (kebergantungan)

Dependability (kebergantungan) adalah suatu kriteria untuk menilai sejauh mana temuan penelitian kualitatif memperlihatkan konsistensi hasil temuan ketika dilakukan oleh peneliti yang berbeda dengan waktu yang berbeda, tetapi dilakukan dengan metodologi dan interview script yang sama. Dependability bermakna sebagai reliabilitas dengan melakukan replikasi studi, melakukan auditing (pemeriksaan) dengan melibatkan penelaahan data dan literatur yang mendukung secara menyeluruh dan detail oleh seorang penelaah eksternal. Brink menyatakan ada tiga jenis uji/tes yang dapat dilakukan untuk menilai reliabilitas/dependabilitas data penelitian kualitatif yaitu: stabilitas, konsistensi, dan ekuivalensi (Brink, Pamela J., 2020).

4. Confirmability (kepastian)

Confirmability (kepastian) dalam penelitian kualitatif lebih diartikan sebagai konsep intersubjektivitas atau konsep transparansi, yaitu kesediaan peneliti mengungkapkan secara terbuka tentang proses dan elemen-elemen penelitiannya sehingga memungkinkan pihak lain/peneliti lain melakukan penilaian tentang hasil-hasil temuannya

3.10 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

Penelitian ini menggunakan satu variabel utama, yaitu *self-disclosure* (keterbukaan diri). Variabel ini mengacu pada sejauh mana individu secara sukarela mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain, khususnya dalam konteks penggunaan aplikasi kencan *online*. *Self-disclosure* dalam penelitian ini dipahami sebagai suatu proses interpersonal di mana individu membagikan pengalaman, pikiran, perasaan, atau informasi pribadi secara jujur, spontan, dan terencana kepada orang lain, yang dalam konteks ini adalah lawan bicara dalam aplikasi kencan *online*.

Self-disclosure dalam penelitian ini didefinisikan secara operasional sebagai proses pengungkapan informasi pribadi oleh mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online* secara sukarela, yang dianalisis berdasarkan lima dimensi sebagai berikut:

1. *Intended Disclosure*

Diukur melalui adanya niat atau motivasi individu dalam membagikan informasi pribadi kepada orang lain di aplikasi kencan, seperti untuk membangun kedekatan atau kepercayaan.

2. *Amount*

Diidentifikasi dari seberapa banyak informasi pribadi yang disampaikan kepada lawan bicara, termasuk frekuensi dan ragam topik yang dibahas.

3. *Depth*

Diukur dari tingkat keintiman informasi, seperti apakah yang dibagikan hanya sebatas identitas umum (nama, usia) atau menyentuh aspek yang lebih pribadi seperti latar belakang keluarga, pengalaman emosional, dan pandangan hidup.

4. *Valence*

Diidentifikasi berdasarkan jenis informasi yang dibagikan, apakah lebih banyak memuat hal positif (pencapaian, kesenangan) atau negatif (kekecewaan, trauma).

5. *Honesty*

Dinilai dari keakuratan informasi yang dibagikan, termasuk adanya kesesuaian antara yang dikatakan dengan realita atau adanya pengakuan terkait modifikasi/pemalsuan identitas atau pengalaman dalam aplikasi.

3.11 Teknik Analisis Data Penelitian

Analisis data kualitatif dinyatakan Flick (dalam Ulfatin) sebagai penggolongan dan interpretasi materi linguistik (atau visual) untuk membuat pernyataan tentang dimensi implisit dan eksplisit serta struktur pemaknaan dalam materi dan apa yang direpresentasikan di dalamnya. Makna membuat dapat merujuk pada makna subjektif atau sosial. Peneliti melakukan analisis dengan menggunakan pendekatan *thematic analysis* untuk menemukan berbagai tema yang berulang. Analisis akan melibatkan proses pengelompokan, penggabungan, dan interpretasi tema-tema yang relevan dengan *self-disclosure* mahasiswa pengguna aplikasi kencan *online* pada prosesnya peneliti menggunakan software ATLAS.ti versi 8.4.3 agar dapat memberikan kode serta menganalisis data secara efisien dan terstruktur.

V. PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai *Self Disclosure* Mahasiswa Pengguna Aplikasi Kencan *Online* di Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung dengan bantuan perangkat lunak Atlas.ti 9.1.7 dapat disimpulkan bahwa *self-disclosure* yang dilakukan oleh mahasiswa melalui aplikasi kencan *online* memiliki dinamika yang kompleks, mencakup aspek-aspek pengungkapan yang disengaja, jumlah informasi yang dibagikan, kedalaman, nilai emosional, serta tingkat kejujuran. Dari kelima dimensi *self-disclosure* menurut Jourard (1971), masing-masing memunculkan karakteristik yang berbeda dari setiap subjek. Pada aspek *Intended Disclosure*, mahasiswa menunjukkan keinginan untuk membangun kedekatan, mencari relasi, dan mengatasi kesepian melalui keterbukaan diri. Sementara pada aspek *Amount* dan *Depth*, terdapat variasi antara keterbukaan terbatas hingga keterbukaan mendalam yang hanya terjadi jika kepercayaan telah terbentuk secara bertahap. Pada aspek *Valence*, ditemukan bahwa *self-disclosure* tidak hanya berisi hal-hal positif seperti keberhasilan dan pengalaman menyenangkan, tetapi juga memuat pengalaman negatif seperti kesulitan, kesedihan atau tekanan, yang dibagikan secara selektif kepada lawan bicara yang dianggap dapat dipercaya. Sedangkan dalam aspek *Honesty*, sebagian besar subjek menunjukkan kecenderungan untuk menyampaikan informasi yang jujur dan akurat, namun tetap terdapat upaya pengelolaan citra diri

Dapat disimpulkan bahwa *self-disclosure* di platform digital berlangsung secara selektif, bertahap, dan kontekstual. Mahasiswa cenderung membuka diri dengan informasi umum di tahap awal, seperti nama, usia, dan hobi, kemudian secara bertahap menyampaikan informasi yang lebih personal seiring meningkatnya intensitas dan rasa percaya terhadap lawan bicara. Penelitian ini

menunjukkan bahwa keterbukaan diri tidak hanya dimotivasi oleh keinginan menjalin hubungan romantis, tetapi juga sebagai sarana untuk menambah relasi, berbagi pengalaman, menyalurkan emosi, dan menciptakan ruang ekspresi yang aman. Namun, dalam prosesnya, mahasiswa tetap menunjukkan sikap hati-hati dan melakukan seleksi terhadap informasi yang dibagikan berdasarkan kualitas komunikasi dan persepsi terhadap lawan bicara. Kode-kode seperti “*melihat dari chattingan,*” “*sedikit percaya kalau ketemu,*” dan “*stop jika bahas hal negatif*” menegaskan bahwa *self-disclosure* digital mengandung strategi perlindungan diri. Fungsi *self-disclosure* sebagaimana dikemukakan oleh Derlega dan Grzelak, seperti ekspresi emosi, klarifikasi diri, validasi sosial, kendali sosial, dan pengembangan hubungan, seluruhnya tercermin dalam perilaku mahasiswa saat berinteraksi di aplikasi kencan. Di sisi lain, proses pengungkapan diri ini juga sejalan dengan tahapan dalam teori penetrasi sosial, dimulai dari orientasi, pertukaran eksploratif, pertukaran efek, hingga pertukaran stabil, meskipun tidak semua subjek mencapai tahap akhir tersebut.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi interpersonal di ranah digital tetap mengikuti prinsip-prinsip hubungan tatap muka, namun dengan bentuk adaptasi terhadap risiko dan dinamika khas dunia maya. Keterbukaan diri yang terjadi merupakan gabungan antara dorongan personal, persepsi terhadap rasa aman, serta kemampuan individu dalam mengelola identitas dan emosi secara daring. Oleh karena itu, pemahaman terhadap bentuk dan fungsi *self-disclosure* di platform digital menjadi penting, terutama bagi mahasiswa yang kelak akan berperan sebagai guru BK

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Mahasiswa Pengguna Aplikasi Kencan *Online*

Mahasiswa diharapkan mampu mengelola *self-disclosure* secara sehat, bijak, dan aman. Penting untuk mengenali batas kenyamanan diri dan memahami risiko dalam mengungkapkan informasi pribadi di ruang digital. Mahasiswa sebaiknya membatasi informasi yang bersifat sensitif

dan tidak mudah percaya kepada lawan bicara yang belum dikenal secara langsung. Selain itu, penting untuk membangun kesadaran digital, seperti penggunaan fitur keamanan aplikasi dan memahami konsekuensi hukum dari penyalahgunaan data pribadi. Mahasiswa juga dapat memanfaatkan aplikasi kencan *online* sebagai sarana untuk belajar mengelola relasi interpersonal secara selektif, serta membentuk identitas digital yang tetap aman.

5.2.2 Bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling

Sebagai calon guru BK, mahasiswa BK perlu memiliki literasi digital yang baik dan pemahaman mendalam terhadap dinamika relasi interpersonal berbasis teknologi. *Self-disclosure* dalam ruang digital seperti aplikasi kencan merupakan refleksi dari dinamika psikososial yang kompleks, dan pengalaman pribadi mahasiswa dapat dijadikan sarana refleksi diri untuk memahami perilaku konseli di masa depan. Mahasiswa BK juga diharapkan mampu melakukan kontrol diri serta etika dalam membangun relasi digital, agar tidak terjebak dalam dinamika relasi yang merugikan. Peningkatan kapasitas diri melalui pelatihan komunikasi digital, literasi media, dan manajemen emosi juga sangat disarankan sebagai bekal menghadapi tantangan zaman.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan menjangkau jumlah partisipan yang lebih besar dan beragam latar belakang agar memperoleh data yang lebih representatif. Peneliti juga dapat menambahkan fokus pada variabel lain seperti regulasi emosi, pengaruh budaya, dan pengalaman traumatis digital. Penelitian lanjutan juga dapat menggali perspektif gender lebih dalam, atau mengeksplorasi *self-disclosure* pada komunitas yang beragam. Selain pendekatan kualitatif, peneliti juga disarankan untuk menggunakan pendekatan kuantitatif atau campuran (*mixed methods*) untuk memberikan hasil yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Almawati, D. E. (2021). Self Disclosure Pada Pertemanan Dunia Maya Melalui Media Sosial Twitter. *Skripsi*. , <http://repository.uir.ac.id/id/eprint/6384>.
- Anderson, M. (2018). Social media use in 2018. *Pew Research Center*.
- Arnett, J. J. (2015). Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Asari, M. N. (2024). The impact of loneliness and anonymity on *self-disclosure* among social media x user. *Psikologia* 19.1, 32-41.
- Baker, J. ((2012).). Gender Differences in the Experience of Social Support and Stress. . *Journal of Social Issues*,, 68(3), 620-633.
- Basel, W. C. (2022). Bagaimana Self Disclosure dan Cyber Violence pada Pengguna Aplikasi Kencan Online Tinder Dewasa Awal di Jakarta. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*,, 20(2).
- Brata, P. N. (2023). Studi Fenomenologi Keterbukaan Diri Remaja Akhir Perempuan Pengguna Aplikasi Kencan Online Bumble di Kota Bandung. *Jurnal Komunikasi Nusantara*, 5(2), 328-336. Doi: <https://10.33366.338>.
- Choi, E. P. ((2016).). The impacts of using dating applications on sexual risk behaviours in college students in Hong Kong. . *PLoS one*, 11(11).
- Corey, G. ((2016).). Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. . *Cengage Learning*.
- Corey, G. (2009). Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. *Library of Congress Control* .
- Dewi, A. P. (2020). Self Disclosure Generasi Z di Twitter. *Ekspresi Dan Persepsi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 3(1), 62-69.
- Ellison, N. B. (2006). Managing Impressions Online: Self-Presentation Processes in the Online Dating Environment. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 11(2),, 415-441.
- Fadilla, S. S. (2023). Keterbukaan diri pengguna aplikasi kencan online Bumble. *Comdent: Communication Student Journal*, 1(1), 102-118.
- Fatiny, N. (2017). Penggunaan Aplikasi Kencan Online Sebagai Gejala Hiperrealitas . *Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta*.
- Finkel, E. J. (2012). Online dating: A critical analysis from the perspective of psychological science. *Psychological Science in the Public Interest*, 3-66.

- Finkel, E. J. (2012). Online dating: A critical analysis from the perspective of psychological science. *Psychological Science in the Public interest*, 13(1), 3-66.
- Junaedi, C. &. (2023). STUDI FENOMENOLOGI: SELF DICLOSURE GENERASI Z DI SOSIAL. (*Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*).
- Kuss, D. J. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International journal of environmental research and public health*, 14(3), 311.
- Maharani, S. &. (2017). Analisis Faktor Pendorong dalam Melakukan Online Dating. *Interaksi Online*, 1-6.
- Maharani, S. &. (2017). Analisis Faktor Pendorong dalam Melakukan Online Dating. (*Doctoral dissertation, Diponegoro University*).
- Nadine, E. R. (2021). KETERBUKAAN DIRI REMAJA PEREMPUAN PENGGUNA APLIKASI APLIKASI KENCAN ONLINE TINDER DI BANDUNG. *eProceedings of Management*, 8(2).
- Riz, V. d. (2023). Self Disclosure pengguna aplikasi kencan online bumble . *E-Jurnal Medium*, 34-43.
- Rosenfeld, M. J. (2012). Searching for a mate: The rise of the internet as a social intermediary. *American Sociological Review*, , 77(4), 523-547.
- Safitri, D. T. (2023). Rejection Sensitivity Pada Pengguna Aplikasi Dating Online. *Psychology Journal of Mental Health*, 110-122.
- Utami, D. R. (2024). Hubungan Antara Kecemasan Kencan dengan Kesepian pada Dewasa Awal Pengguna Aplikasi Kencan Online di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 248 –253.
- Wibowo, J. d. (2021). *Self-disclosure* dalam Komunikasi Interpersonal Pengguna Aplikasi Kencan Online untuk Mencari Pasangan Hidup. *Jurnal e- komunikasi*, 1-8.