

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Pada dasarnya, setiap manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan interaksi dengan orang lain, dan memanfaatkan komunikasi untuk berhubungan dan membangun hubungan dengan orang lain. Hubungan interpersonal yang berfokus pada hubungan antar individu merupakan cara manusia untuk membangun interaksi dan membangun hubungan dengan manusia lainnya. Komunikasi interpersonal atau komunikasi antar pribadi adalah proses komunikasi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih dalam proses pengiriman dan penerimaan informasi, yang dilakukan secara langsung melalui tatap muka, maupun tidak langsung. (Arbi et al., 2021; Prihantoro & Anisah, 2022). Komunikasi Interpersonal menurut De Vito (1997) dalam (Amalia & Ri'aeni, 2022) yaitu mengirim pesan yang diterima oleh orang lain dengan umpan balik yang diterima melalui komunikasi interpersonal, sehingga seorang individu tidak hanya belajar mengenai kepribadian individu tersebut, merasakan pembentukan kepribadian dalam dirinya. Dalam proses interaksi manusia dalam membangun hubungan, komunikasi interpersonal sangat penting karena berperan dalam meningkatkan interaksi dan komunikasi, membangun sikap saling percaya, terbuka, dan memahami individu lainnya (Al Fariz et al., 2024)

Dalam proses komunikasi interpersonal yang terjalin, interaksi komunikasi yang terjadi memungkinkan orang untuk menciptakan konsep diri mereka dari orang-orang yang ditemuinya, ataupun lingkungan disekitarnya. Komunikasi interpersonal tentu menjadi hal yang krusial dalam memulai membangun hubungan asmara, karena berfungsi sebagai jembatan untuk menghubungkan dua individu dalam satu hubungan. Komunikasi interpersonal yang dilakukan di dalam hubungan asmara memainkan peran penting dalam membangun kepercayaan, menyelesaikan konflik, memahami keterikatan emosional, hingga menjaga

kualitas hubungan. Komunikasi interpersonal yang efektif dapat dilihat dari lima aspek, yaitu keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan kesetaraan (Tania & Nurudin, 2021). Namun, tentu hubungan interpersonal akan lebih mudah tercapai apabila kedua individu dalam hubungan asmara memiliki keterbukaan atau *self-disclosure*. *Self-disclosure* atau pengungkapan diri mengambil peran penting dalam hubungan asmara, karena keterbukaan diri dalam hubungan asmara merupakan fondasi utama dalam membentuk berbagai aspek hubungan. *Self-Disclosure* atau pengungkapan diri menurut Lumsden (1996) dalam (Tania & Nurudin, 2021) merupakan situasi dimana seseorang memberikan informasi dan mengkomunikasikan dirinya kepada orang lain. Selain itu, menurut Devito (2013) dalam (Paranagari & Wisudawati, 2024), *Self-disclosure* merupakan kondisi dimana seseorang mengungkapkan mengenai dirinya sendiri kepada orang lain, yang biasanya disembunyikan, hal ini termasuk nilai, keyakinan, sikap, dan karakteristik seseorang.

Self-disclosure digunakan dalam hubungan asmara untuk bertujuan saling mengetahui dan mengenal lebih dalam lagi sebagai pasangan. *Self-disclosure* dalam hubungan asmara dapat memengaruhi dinamika hubungan, karena dapat meningkatkan keintiman, menciptakan pemahaman yang mendalam antar pasangan, dan memperkuat hubungan. *Self-disclosure* merupakan hal penting dalam hubungan asmara, namun, seberapa jauh seseorang bisa membuka dirinya dengan orang lain, dan dampak yang diberikan karena *self-disclosure* ini. Individu dalam hubungan asmara harus memaknai *self-disclosure*, agar tidak menyebabkan *oversharing* yang justru dapat menyebabkan konflik atau ketidaknyamanan dalam hubungan. *Oversharing* adalah ketika seseorang terlalu banyak membagikan informasi mengenai dirinya kepada orang lain (Bunga et al., 2022). *Self-disclosure* yang berlebihan dapat menyebabkan terjadinya *oversharing*, tindakan *oversharing* dapat menimbulkan rasa tidak nyaman bagi lawan bicara, terlebih pada kalangan Generasi Z.

Generasi Z, atau yang seringkali disebut sebagai Gen Z merupakan anak-anak yang lahir pada tahun 1997 sampai dengan tahun 2012 (Akbar, 2022). Berdasarkan data yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2020,

generasi Z mendominasi dengan jumlah populasi sekitar 74,93 juta jiwa, atau 27,94% populasi di Indonesia (Rainer, 2023).



Gambar 1.1 Data Sensus (Goodstats, 2023)

Saat ini populasi di Indonesia telah didominasi oleh Generasi Z, sehingga tentunya saat ini tantangan dan dinamika yang dimiliki dalam hubungan asmara generasi Z tentu berbeda dengan generasi-generasi sebelumnya. Generasi Z disebut memiliki pemahaman yang tinggi terhadap teknologi, hal ini dikarenakan generasi Z lahir berdampingan dengan perkembangan teknologi yang pesat (Zis et al., 2021). Generasi Z yang saat ini berkaitan erat dengan teknologi, tentu memiliki tantangan dan hambatan dalam proses komunikasi, karena seringkali komunikasi dilakukan secara virtual, melalui media sosial, telepon, ataupun mengirim pesan. Begitupun dalam hubungan asmara, generasi Z seringkali mengandalkan interaksi *online*. Perubahan perilaku komunikasi generasi Z yang berbeda dengan generasi-generasi sebelumnya, tentu membuat proses komunikasi interpersonal dalam hubungan asmara juga berbeda.

Generasi Z menghadapi tantangan yang lebih sulit dalam komunikasi interpersonal yang dilakukan secara daring, karena komunikasi yang dilakukan secara daring seringkali lebih mudah menimbulkan kesalahpahaman dalam pesan yang diterima, dikarenakan terjadi tidak melalui tatap muka. Namun, tentu

komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh generasi Z dalam hubungan asmara tidak hanya dilakukan secara daring, namun juga secara tatap muka. Komunikasi yang dilakukan secara tatap muka dapat mengurangi resiko kesalahpahaman yang dapat terjadi dengan kemungkinan yang lebih kecil dibandingkan dengan komunikasi yang dilakukan secara daring. Dalam komunikasi interpersonal, terdapat komunikasi verbal dan nonverbal, baik secara lisan ataupun tertulis. Sementara itu, komunikasi nonverbal merupakan komunikasi yang dilakukan secara tidak langsung yang tidak bergantung pada lisan ataupun pesan, namun menggunakan isyarat seperti simbol, ekspresi, vokal, ataupun gestur tubuh dalam proses komunikasi (Sirait, 2022). Komunikasi nonverbal yang dilakukan secara tatap muka dapat dilakukan dengan menunjukkan ekspresi, nada suara, intonasi, ataupun gestur tubuh. sementara itu, komunikasi nonverbal yang dilakukan dengan daring, dapat memanfaatkan stiker, ataupun emoji sebagai memfasilitasi komunikasi nonverbal secara daring. Komunikasi verbal dan komunikasi nonverbal dapat digunakan dalam komunikasi yang dilakukan secara tatap muka. Namun, komunikasi yang dilakukan secara tatap muka tentu memiliki kelebihan dibandingkan komunikasi yang dilakukan secara daring, karena komunikasi yang dilakukan secara tatap muka dapat menimbulkan dan menunjukkan reaksi komunikasi nonverbal yang spontan dari lawan bicara. Maka dari itu, komunikasi yang dilakukan secara tatap muka dapat lebih mengurangi kesalahpahaman dalam proses komunikasi, dikarenakan umpan balik yang diberikan oleh lawan bicara juga diberikan secara spontan dan *real-time*. Komunikasi yang dilakukan secara daring ataupun tatap muka, baik secara verbal dan nonverbal merupakan hal yang krusial dalam konteks *self-disclosure*. Namun, saat ini generasi Z juga tentu memiliki karakteristik sendiri dalam berkomunikasi dengan orang lain secara tatap muka (Apriyanti et al., 2024). Maka dari itu, Penelitian ini juga akan meneliti mengenai komunikasi interpersonal dalam konteks *self-disclosure* dalam hubungan asmara generasi z yang dapat dilakukan secara daring, ataupun tatap muka.

Sebagai generasi Z, teknologi bukan menjadi salah satu tantangan dalam melakukan *self-disclosure* dalam hubungan asmara. Namun, memiliki tantangan

lainnya dalam hubungan asmara, seperti ketakutan terhadap penerimaan persepsi pasangan terhadap *self-disclosure* yang dilakukan, dan menilai sejauh mana pasangan harus terbuka satu sama lain tanpa mengorbankan privasi. Dalam menjalin hubungan asmara, tentu terdapat berbagai faktor-faktor yang memengaruhi *self-disclosure*, menurut De Vito (2011) dalam (Achmad et al., 2022), *self-disclosure* memiliki 5 dimensi yaitu: *amount*, *valence self-disclosure*, *accuracy/honest*, *intention*, keakraban/*intimacy*. Sehingga, *self-disclosure* sangat berpengaruh terhadap pembentukan kualitas hubungan interpersonal. Selain itu, menurut De Vito (2013) dalam (Melati, 2024), banyak faktor lainnya yang memengaruhi keputusan seseorang untuk melakukan *self-disclosure* atau tidak, seperti kepribadian, budaya, jenis kelamin, audiens, dan topik. *Self-disclosure* tentu memiliki peran penting bagi pasangan untuk bisa semakin mengenal pasangannya, namun tidak semua pasangan bisa melakukan *self-disclosure*, karena terkadang *self-disclosure* yang berlebihan akan dianggap mengganggu privasi individu.

Self-disclosure dalam hubungan komunikasi interpersonal dapat menjadi tantangan bagi setiap orang, terutama dalam hubungan asmara. Tantangan yang dihadapi adalah sejauh mana *self-disclosure* digunakan dalam komunikasi interpersonal, namun tetap menjaga ranah privasi seseorang, ataupun membuat orang lain menjadi tidak nyaman. *Self-disclosure* bisa menjadi dampak positif yaitu dapat meningkatkan tahapan awal pada kualitas hubungan dalam hubungan asmara, namun juga dapat memberikan dampak negatif. *Self-disclosure* dalam hubungan asmara tentu tidak mudah untuk dilakukan, *self-disclosure* dalam komunikasi interpersonal dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kepribadian, kepercayaan, waktu hubungan, hingga faktor lingkungan sekitar. Bagi individu yang berada dalam hubungan asmara, mungkin tidak mudah dalam membuat keputusan mengenai *self-disclosure*, karena mempertimbangkan berbagai resiko, namun *self-disclosure* dapat menjadi tahapan bagi seseorang untuk dapat membuka diri dan saling mengenal satu sama lain dalam membangun hubungan asmara. Selain itu, *self-disclosure* juga memiliki tahapan-tahapan dalam melakukan pengungkapan diri kita dengan orang lain. Tantangan *self-disclosure*

yang dialami oleh komunikasi yang dilakukan secara daring dan tatap muka dapat berbeda, begitupun dengan hubungan asmara yang dijalin dengan *Long Distance Relationship* (LDR) dan pasangan *Non Long Distance Relationship* (Non-LDR).

Long Distance Relationship (LDR), memiliki arti hubungan jarak jauh, yang merupakan kondisi hubungan asmara yang dijalankan oleh pasangan yang dipisahkan oleh jarak, waktu, jarak fisik, dan tidak ada kepastian untuk dapat bertemu secara tatap muka dalam periode waktu tertentu, contohnya adalah perbedaan jarak antar provinsi, antar pulau, atau bahkan antar negara (Stiawan et al., 2022). Hubungan yang dijalankan dengan LDR memiliki tantangan untuk tetap mempertahankan hubungan asmaranya dengan berbagai kondisi dan menghadapi tantangan dalam hubungan asmara, dan bagi pasangan LDR, pasangan memerlukan komitmen yang tinggi. Sementara itu, terdapat pasangan yang menjalankan hubungan asmara dengan kondisi Non-LDR, yaitu pasangan yang menjalani hubungan jarak dekat, sehingga memiliki frekuensi pertemuan yang lebih sering dan memungkinkan untuk sering melakukan komunikasi tatap muka, dibandingkan dengan pasangan yang menjalin hubungan dengan LDR. Namun, dalam konteks *self-disclosure*, tentu bagi setiap pasangan yang menjalani hubungan secara LDR dan Non-LDR memiliki tantangan tersendiri, terutama dalam komunikasi hubungan asmara.

Ditambah lagi dalam konteks hubungan asmara, terdapat perubahan budaya dalam generasi Z yang berbeda dengan generasi-generasi sebelumnya, karena generasi Z sudah ditambah dengan perkembangan teknologi. Perkembangan teknologi bagi generasi Z dapat menjadi hal yang menguntungkan, namun juga dapat menjadi tantangan bagi komunikasi interpersonal, karena memiliki keterbatasan yaitu melakukan komunikasi tidak dengan tatap muka, dan tidak melihat isyarat nonverbal. Perubahan budaya dan generasi Z telah membawa perubahan pada komunikasi interpersonal yang berbeda terhadap *self-disclosure* dalam komunikasi interpersonal, khususnya dalam hubungan asmara. Generasi Z sebagai generasi yang tumbuh pada era perkembangan teknologi yang pesat, memiliki karakteristik unik yang berbeda dengan generasi-generasi sebelumnya, yang memengaruhi kebiasaan komunikasi interpersonal mereka dalam hubungan

asmara, dan memengaruhi komunikasi *self-disclosure* mereka mengenai bagaimana mereka membuka diri mereka secara bertahap dalam hubungan asmara. Namun, tentu keterbukaan seseorang yang menjalin hubungan asmara LDR maupun Non-LDR, memiliki tahapan untuk melakukan *self-disclosure* kepada orang lain, yang dipengaruhi oleh beberapa faktor.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan, *self-disclosure* dalam komunikasi interpersonal hubungan asmara merupakan proses penting dalam membangun keintiman, dan kepercayaan dalam hubungan. Setiap individu melewati tahapan-tahapan selama proses komunikasi interpersonal, hingga pada akhirnya bisa melakukan *self-disclosure* kepada individu lainnya. Individu mengalami tahapan-tahapan dalam melakukan *self-disclosure*, yang tidak terlepas dari hambatan, keuntungan, dan tantangan yang dialami oleh pasangan generasi Z, yang menjalin hubungan secara LDR dan Non-LDR, baik yang dilakukan secara daring ataupun langsung. Tahapan *self-disclosure* yang dilakukan oleh generasi Z dalam hubungan asmara tentu dengan mempertimbangkan berbagai dampak resiko dalam melakukan *self-disclosure* pada hubungan asmara, dengan tetap menjaga ranah privasi seseorang. Maka dari itu, tahapan bagi seseorang untuk dapat melakukan *self-disclosure* pada pasangannya dalam hubungan asmara tentu mengalami tantangan dan proses tahapan dalam membuka diri.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang dipaparkan, maka pertanyaan penelitian ini adalah :

1. Bagaimana tahapan *self-disclosure* terbentuk pada hubungan asmara pasangan LDR dan Non-LDR?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian yang dipaparkan, maka tujuan penelitian ini

adalah untuk menganalisis tahapan-tahapan yang terbentuk untuk melakukan *self disclosure* pada generasi Z dalam komunikasi interpersonal pada hubungan asmara, serta dampak dari *self disclosure* dalam komunikasi interpersonal, dengan melakukan penelitian kepada pasangan LDR dan Non-LDR.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

Melalui penelitian ini, manfaat akademis yang diharapkan adalah penelitian ini dapat menambah wawasan dalam komunikasi interpersonal, khususnya terkait *self disclosure* pada generasi Z dan menambah perspektif baru mengenai perbedaan pola komunikasi interpersonal dalam hubungan asmara LDR dan Non-LDR.

1.5.2 Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini, manfaat praktis yang diharapkan adalah penelitian ini dapat menambah wawasan bagi pasangan generasi Z mengenai pentingnya *self disclosure* dalam membangun hubungan yang positif, bagi pasangan LDR ataupun Non-LDR.

1.5.3 Manfaat Sosial

Melalui penelitian ini, manfaat sosial yang diharapkan adalah penelitian ini dapat menambah wawasan bagi pasangan generasi Z mengenai pentingnya *self-disclosure* dalam membangun hubungan yang sehat, baik bagi pasangan LDR maupun Non-LDR.

1.6 Batasan Penelitian

Penelitian ini memiliki batasan masalah yang diteliti dan dibahas, yaitu penelitian ini hanya melibatkan pasangan generasi Z yang lahir antara tahun 1997-2012. Namun penelitian ini tetap melibatkan responden sesuai dengan usia legal dan matang untuk menjalin hubungan asmara, sesuai dengan hukum yang berlaku di Indonesia yakni minimal 19 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara komparatif mengenai *self-disclosure* dalam hubungan asmara generasi z,

pada pasangan LDR dan Non LDR, sehingga tidak dapat digeneralisasikan kepada semua pasangan.

