

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORITIS**

#### **2.1 Penelitian Terdahulu**

Peneliti melakukan observasi dengan memanfaatkan lima jurnal sebagai kajian literatur penelitian terdahulu, yaitu dengan memanfaatkan empat jurnal nasional dan satu jurnal internasional yang telah terakreditasi sinta 1-3 sebagai penelitian terdahulu yang kredibel. Kelima jurnal ini tentunya membahas topik yang menyerupai dengan topik penelitian yang dibahas oleh peneliti, sehingga memungkinkan bagi peneliti untuk dapat memahami lebih dalam mengenai topik penelitian *self-disclosure* yang ingin diteliti, dengan harapan dapat menghasilkan penelitian baru yang lebih informatif dibandingkan peneliti-peneliti terdahulu. Kelima jurnal yang dijadikan observasi oleh peneliti memiliki kesamaan, yaitu memiliki fokus penelitian kepada konsep *self-disclosure*, namun tetap memiliki keberagaman dalam konsep dan hasil penelitian.

Penelitian terdahulu yang pertama dilakukan oleh (Catellya et al., 2023), dengan judul “Keterbukaan Diri (*self-disclosure*) Pencari Jodoh Dalam Menemukan Pasangan Hidup Melalui Aplikasi Kencan Daring Tinder”. Penelitian ini meneliti mengenai *self-disclosure* yang dilakukan melalui aplikasi kencan daring dengan tujuan untuk mencari pasangan hidup. Penelitian ini menggunakan konsep dan teori *self-disclosure*, *Self Determination*, *Romantic* dan *Relationship Processes* dengan melakukan jenis penelitian kualitatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tujuan, pengalaman, dan makna *self-disclosure* pada para pengguna aplikasi kencan daring yang digunakan untuk mencari pasangan hidup, melalui salah satu aplikasi kencan daring yaitu tinder. Hasil penelitian yang ditemukan pada penelitian ini adalah *self-disclosure* digunakan bagi seseorang dalam aplikasi kencan daring untuk mengenal lebih dalam mengenai partner yang ditemui, namun *self-disclosure* akan dilakukan setelah mengetahui tujuan partner dalam menggunakan aplikasi kencan daring. Jika seorang individu mengetahui tujuan partner menggunakan aplikasi kencan daring untuk hubungan yang serius

untuk menikah, maka *self-disclosure* digunakan untuk melakukan pendekatan terhadap partner dan mengenal lebih dalam. *self-disclosure* juga digunakan sebagai jembatan untuk memahami dan menyatukan isi dua kepala. Dalam penelitian ini ditemukan hasil yang positif dari *self-disclosure*, yaitu dengan menimbulkan kesan positif bagi *partner* dan menjadi lebih akrab.

Penelitian terdahulu yang kedua dilakukan oleh (Tania & Nurudin, 2021), dengan judul “*self-disclosure* Komunikasi Antar Pribadi Pasangan Jarak Jauh Dalam Mempertahankan Hubungan Saat *Physical Distancing* Era *Pandemic Covid-19*”. Penelitian ini meneliti mengenai *self-disclosure* pasangan jarak jauh dalam mempertahankan hubungan saat *physical distancing* pada era pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan konsep dan teori *self-disclosure*, Komunikasi interpersonal, dan *Computer Mediated Communication (CMC)*, dengan melakukan jenis penelitian kualitatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *self-disclosure* dilakukan melalui komunikasi interpersonal bagi pasangan jarak jauh dalam mempertahankan hubungan saat *physical distancing era pandemic COVID-19*. Hasil penelitian yang ditemukan dalam penelitian ini adalah *self-disclosure* pada masa *pandemic covid-19* merupakan hal yang paling penting untuk menjaga hubungan, dengan memperhatikan pemilihan topik dan waktu dalam komunikasi. Keterbukaan diri dan kepercayaan terhadap pasangan merupakan faktor utama dalam mempertahankan hubungan, sehingga dalam melakukan *self-disclosure* selama era *physical distancing* masa pandemi COVID-19 perlu memperhatikan lima aspek *self-disclosure* yang dikemukakan oleh Cubert, dkk (Suriana, 2011). Aspek yang pertama adalah ketepatan, yaitu dengan melihat respon yang tepat dari komunikator jika ingin melakukan *self-disclosure*. selain itu aspek yang kedua adalah motivasi, *self-disclosure* dapat dilakukan oleh pasangan jika memiliki motivasi yang kuat untuk menjalani hubungan yang serius. Aspek yang ketiga adalah waktu, yaitu dengan melihat pemilihan waktu yang tepat. Aspek yang keempat adalah keintensifan, yaitu dengan melihat kepada siapa kita bercerita, dan melihat kedekatan hubungan yang dimiliki. Aspek yang kelima adalah kedalaman, yaitu kita akan semakin terbuka jika bercerita kepada orang yang kita anggap dekat. Pada penelitian ini ditemukan

bahwa komunikasi interpersonal sangat berpengaruh dalam hubungan, salah satunya adalah dengan melakukan *self-disclosure*.

Penelitian terdahulu yang ketiga dilakukan oleh (Sukardani et al., 2022), dengan judul “*Sexual self-disclosure: A Study on Communication Behaviors Among Users in Online Dating Applications*”. Penelitian ini meneliti mengenai pola komunikasi dalam melakukan *self-disclosure* pada aplikasi kencan daring dalam konteks seksual. Penelitian ini menggunakan konsep dan teori *self-disclosure*, Teori Penetrasi Sosial, *Love Triangle Model*, *Computer Mediated Communication (CMC)*, dengan jenis penelitian kualitatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui *self-disclosure* yang dilakukan dalam konteks seksual oleh para pengguna aplikasi daring dan untuk mengetahui bagaimana perilaku seksual diimplikasikan dalam interaksi daring. Hasil penelitian ini adalah *self-disclosure* yang dilakukan dalam aplikasi kencan daring tergantung dengan tujuan hubungan yang diinginkan, seperti mencari teman, hubungan, atau teman hidup. Komunikasi interpersonal yang diterapkan melalui teori penetrasi sosial membantu individu untuk menentukan pembentukan hubungan yang diinginkan melalui tahapan interaksi, salah satu contohnya adalah jika salah satu pengguna memulai percakapan untuk membangun hubungan yang lebih lanjut. Tujuan dalam menggunakan aplikasi kencan daring seringkali disampaikan kepada partner pada awal pembicaraan, seperti menyampaikan tujuan hubungan yang diinginkan dalam menggunakan aplikasi kencan daring. Hubungan yang terjadi pada aplikasi kencan daring seringkali tidak memiliki komitmen jangka panjang, *self-disclosure* dalam konteks seksual dilanjutkan apabila kedua pihak merasa aman dan *consent*, namun strategi *self-disclosure* yang digunakan juga bervariasi, tergantung latar belakang, budaya, dan kebangsaan seseorang.

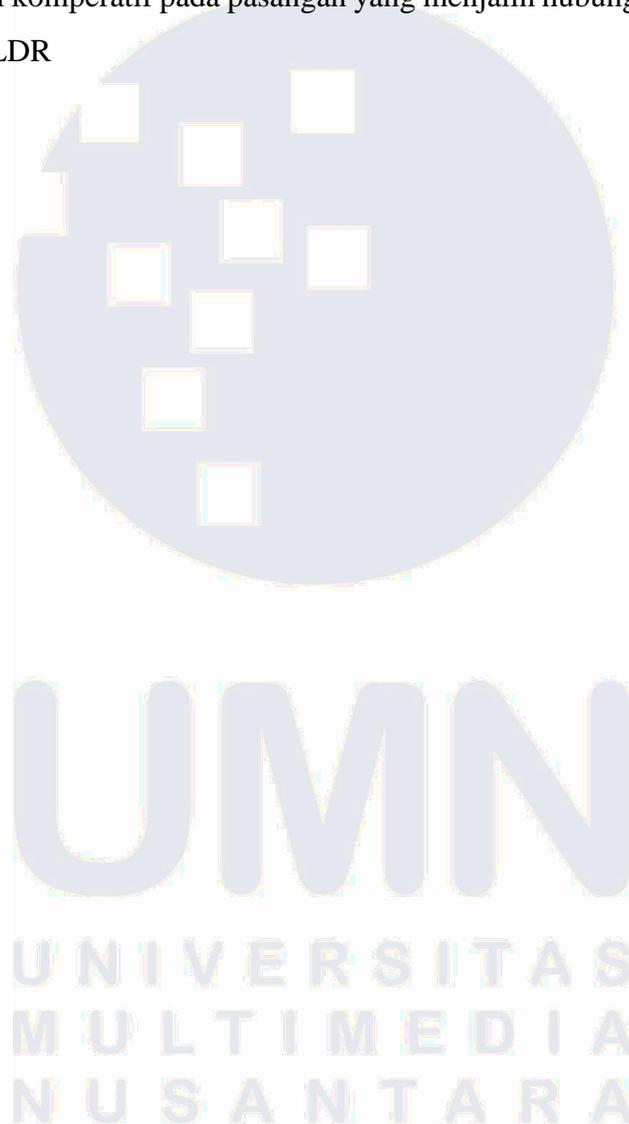
Penelitian terdahulu yang keempat dilakukan oleh (Yizfretty Deslya Sarosija, 2024), dengan judul penelitian “*The Relationship of self-disclosure to Relationship Satisfaction in Early Young Adults in Long Distance Relationships*”. Penelitian ini meneliti mengenai hubungan antara *self-disclosure* dan *relationship satisfaction* pada orang dewasa muda yang menjalani hubungan jarak jauh.

Penelitian ini menggunakan konsep dan teori *self-disclosure*, dan *relationship satisfaction* dengan melakukan jenis penelitian kuantitatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui signifikansi hubungan antara *self-disclosure* dan kepuasan hubungan pada orang dewasa muda yang menjalin hubungan jarak jauh. Hasil penelitian yang ditemukan pada penelitian ini adalah *self-disclosure* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kepuasan hubungan generasi Z. Walaupun hasil penelitian yang ditunjukkan menyatakan bahwa *self-disclosure* berhubungan positif dengan kepuasan hubungan, namun tentu jarak fisik dan keterbatasan komunikasi menjadi faktor penghambat. Namun, *self-disclosure* pada pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kualitas hubungan dan memiliki kepuasan dalam hubungan.

Penelitian terdahulu yang kelima dilakukan oleh (Hammonds et al., 2020), dengan judul penelitian “*Attached and Apart: Attachment Styles and self-disclosure in Long-Distance Romantic Relationships*”. Penelitian ini meneliti mengenai hubungan antara gaya ketertarikan (*attachment style*) dengan *self-disclosure* dalam hubungan jarak jauh. Penelitian ini menggunakan konsep dan teori *self-disclosure*, *Long-Distance Romantic Relationships*, *Attachment Theory and Disclosure in LDRRs* dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *attachment style* terhadap *self-disclosure*, *satisfaction*, dan *uncertainty* dalam hubungan asmara jarak jauh yang menggunakan teknologi sebagai sarana komunikasi utama. Hasil penelitian yang ditemukan pada penelitian ini adalah *self-disclosure* pada pasangan LDR merupakan hal yang sangat krusial, karena *self-disclosure* dapat menentukan arah topik komunikasi yang dapat berlanjut, yang dapat berpengaruh juga pada kualitas hubungan. *self-disclosure* digunakan pada pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh untuk membantun kepercayaan, meningkatkan ketertarikan dengan pasangan. *self-disclosure* digunakan oleh pasangan yang menjalin hubungan jarak jauh untuk membangun kepercayaan satu sama lain.

Berdasarkan kajian literatur yang ditemukan pada kelima jurnal tersebut, menunjukkan bahwa latar belakang penelitian yang membahas mengenai *self-disclosure* berbeda-beda, namun memiliki fokus penelitian yang sama yaitu

mengenai *self-disclosure* pada pasangan yang menjalin hubungan asmara, baik secara LDR ataupun Non-LDR. Berdasarkan acuan yang ditemukan pada kajian literatur, peneliti ingin meneliti yang belum diteliti pada kajian penelitian terdahulu, yaitu penelitian ini berfokus pada tahapan *self-disclosure* yang dilakukan dalam hubungan asmara dengan fokus penelitian kepada generasi Z, dan melakukan studi komperatif pada pasangan yang menjalin hubungan asmara secara LDR dan Non-LDR

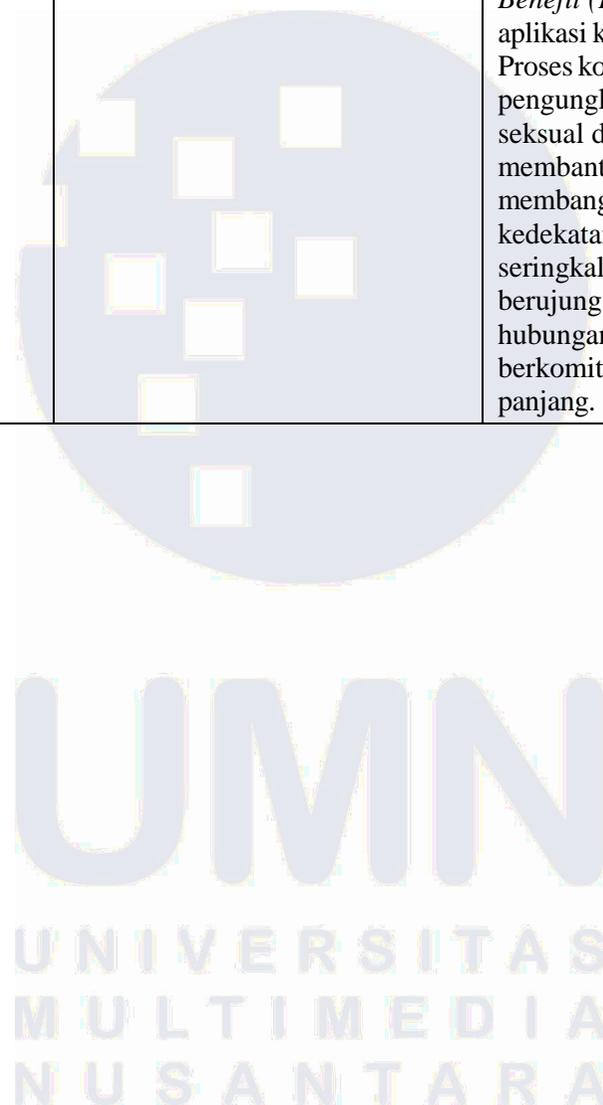


Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

No.	Keterangan	Penelitian 1	Penelitian 2	Penelitian 3	Penelitian 4	Penelitian 5
1	<b>Nama Penulis</b>	Monica Catellya, Fitria Ayuningtyas, Dian Tri Hapsari	Adelia Septiani Restanti Tania & Nurudin	Puspita Sari Sukardani, Anam Miftakhul Huda, Farid Pribadi, Sueb, Anggaunitakiranantika	Yizfretty Deslya Sarosija	Joshua R. Hammonds, Elizabeth Ribarsky, & Guilherme Soares
2	<b>Judul</b>	Keterbukaan Diri (Self disclosure) Pencari Jodoh Dalam Menemukan Pasangan Hidup Melalui Aplikasi Kencan Daring Tinder	Self disclosure Komunikasi Antar Pribadi Pasangan Jarak Jauh Dalam Mempertahankan Hubungan Saat Physical Distancing Era Pandemic Covid-19	Sexual Self-Disclosure: A Study on Communication Behaviors Among Users in Online Dating Applications	The Relationship of Self Disclosure to Relationship Satisfaction in Early Young Adults in Long Distance Relationships	Attached and Apart: Attachment Styles and Self-Disclosure in Long Distance Romantic Relationships
3	<b>Sumber Penelitian</b>	Jurnal SCRIPTURA : Jurnal Ilmu Komunikasi, 2022	Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi, 2021	Jurnal Bimbingan dan Konseling (Psikologi), 2024	Jurnal Bimbingan dan Konseling (Psikologi), 2024	<i>Journal of Relationships Research</i> , 2020
4	<b>Jenis Penelitian, Metode, Teknik Pengumpulan Data</b>	Kualitatif, Fenomenologi, Wawancara	Kualitatif, Etnografis, Visual, Wawancara	Kuantitatif, Kuisisioner	Kuantitatif, Kuisisioner	Kuantitatif, Kuisisioner
5	<b>Konsep &amp; Teori</b>	Self disclosure, Self Determination	Self disclosure, Komunikasi interpersonal, Computer Mediated Communication (CMC)	Self disclosure, Teori Penetrasi Sosial, Love Triangle Model, Computer Mediated Communication (CMC)	Self disclosure, Relationship satisfaction	Self disclosure, Long Distance Romantic Relationships, Attachment Theory and Disclosure in LDRRs
6	<b>Persamaan</b>	Menggunakan sifat jenis penelitian kualitatif, dan menggunakan teori self disclosure	Menggunakan sifat jenis penelitian kualitatif, meneliti pada teori self disclosure dan komunikasi interpersonal, target penelitian generasi Z	Membahas mengenai self disclosure yang terjadi secara daring, dan membahas mengenai tahapan komunikasi yang terjadi secara daring pada self disclosure.	Meneliti kepada generasi Z yang pada tahun 2024 berusia 18-25 tahun	Membahas mengenai self disclosure yang dilakukan oleh pasangan yang melakukan hubungan jarak jauh atau LDR

				Memiliki persamaan pada jenis penelitian		
7	<b>Perbedaan</b>	Menggunakan metode fenomenologi, dan meneliti pada aplikasi kencan daring	Meneliti berdasarkan fenomena khusus yaitu selama <i>pandemic Covid-19</i> dengan hambatan komunikasi yaitu <i>physical distancing</i>	Berfokus mengenai <i>self disclosure</i> yang terjadi secara daring melalui aplikasi kencan, terutama dalam konteks seksual	Menggunakan penelitian kuantitatif, dan memiliki fokus penelitian kepada pengaruh <i>self disclosure</i> terhadap kepuasan hubungan	Menggunakan penelitian kuantitatif, penelitian tidak berfokus pada generasi Z saja, dengan memiliki partisipan berusia 18 hingga 54 tahun
8	<b>Hasil Penelitian</b>	Ketertarikan dengan <i>partner</i> diawali dengan melihat <i>profile picture</i> , sehingga keterbukaan diri terjadi secara spontan dan disengaja karena sudah memiliki ketertarikan. Keterbukaan diri bertujuan untuk saling mengenal, dan menunjukkan sisi positif dan kesan yang menyenangkan terhadap <i>partner</i> . Keterbukaan diri menjadi salah satu jembatan untuk menyatukan dua isi kepala, serta untuk mencari kesamaan dan saling memahami satu sama lain.	<i>Self disclosure</i> pada masa <i>pandemic covid-19</i> merupakan hal yang paling penting untuk menjaga hubungan, dengan memperhatikan pemilihan topik dan waktu dalam komunikasi. Keterbukaan diri dan kepercayaan terhadap pasangan merupakan faktor utama dalam mempertahankan hubungan. Namun <i>self disclosure</i> juga tergantung terhadap kepribadian pasangan, karena seseorang perlu penyesuaian masing-masing agar lebih mengerti.	Pada komunikasi interpersonal, terdapat tahapan-tahapan komunikasi bagi seseorang untuk dapat melakukan <i>self disclosure</i> . Dalam aplikasi kencan daring, proses <i>self disclosure</i> yang dilakukan oleh seseorang tergantung dengan tujuan hubungan yang diinginkan, seperti mencari teman, hubungan, atau teman hidup. Tahapan awal untuk <i>kejadian self disclosure</i> dapat dilihat pada awal pembicaraan dari kedua belah pihak, begitupun dalam mencari <i>Friend With</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa <i>self disclosure</i> berpengaruh terhadap hubungan generasi Z. Namun memang <i>self disclosure</i> yang dilakukan secara hubungan yang LDR berbeda dengan pasangan yang menjalin hubungan secara non-LDR, namun hal ini disebabkan oleh keterbatasan seperti kurangnya kehadiran fisik pasangan yang mempengaruhi kurangnya komunikasi verbal dan non-verbal. Namun, <i>self disclosure</i> pada pasangan LDR sangat dibutuhkan	<i>Self disclosure</i> pada pasangan LDR merupakan hal yang sangat krusial, karena dapat menentukan ketajaman komunikasi yang berlanjut, yang berpengaruh pada kualitas hubungan. <i>Self disclosure</i> digunakan pada pasangan LDR untuk membangun kepercayaan, dibandingkan dengan menunggu tingkat kepercayaan yang tinggi untuk dapat melakukan <i>self disclosure</i> .

				<p><i>Benefit (FWB)</i> dalam aplikasi kencan online. Proses komunikasi dan pengungkapan diri seksual dapat membantu untuk membangun kedekatan, meskipun seringkali tidak berujung pada hubungan yang berkomitmen jangka panjang.</p>	<p>untuk dapat memiliki kepuasan hubungan.</p>	
--	--	--	--	---	--	--



## 2.2 Teori Yang Digunakan

### 2.2.1 Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal merupakan salah satu komunikasi dasar yang melibatkan dua orang atau lebih. Komunikasi interpersonal menurut (DeVito, 2022), merupakan komunikasi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih, dengan melakukan interaksi secara verbal dan nonverbal. Komunikasi merupakan hal yang dibangun dan dapat dipelajari oleh setiap orang, maka dari itu keterampilan komunikasi bukan hanya dilihat dari seberapa banyak jumlah individu yang diajak berkomunikasi, namun dilihat dari kualitas komunikasi dan interaksi yang terjadi pada setiap antar individu. Komunikasi interpersonal yang terjadi dalam proses komunikasi dapat berbeda dalam setiap situasi, karena dalam komunikasi interpersonal seseorang akan berhadapan dengan individu lainnya yang memiliki perbedanaan dalam latar belakang yang, budaya yang berbeda, dan sifat yang berbeda.

Dalam proses komunikasi interpersonal terdapat beberapa elemen komunikasi, salah satunya menurut (DeVito, 2022), yaitu :

#### 1. Pengirim-Penerima (*Source-Receiver*)

Dalam proses komunikasi, terjadi pertukaran pesan antara individu yang mengirim pesan (*Source*), kepada individu sebagai penerima pesan yang diberikan oleh pengirim (*Receiver*). Namun dalam proses komunikasi interpersonal, setiap individu dapat berperan sebagai pengirim dan penerima pesan, walaupun peran ini tidak dapat selalu dilakukan secara seimbang, karena salah satu individu yang dapat cenderung berperan sebagai pembicara, dan salah satu individu yang lebih sering berperan sebagai pendengar. Dalam elemen ini juga terjadi *encoding* dan *decoding*, yaitu *encoding* merupakan proses menghasilkan pesan, seperti berbicara. Sementara itu, *decoding* merupakan proses memahami pesan,

seperti mendengarkan. Dalam proses komunikasi antara pengirim dan penerima, tentu *encoding* dan *decoding* dilakukan secara bersamaan dalam komunikasi interpersonal.

## 2. Pesan (*Messages*)

Pesan merupakan hal ataupun informasi yang kita sampaikan kepada lawan bicara kita. Pesan yang disampaikan dapat berupa kata kata secara verbal, ataupun secara nonverbal seperti gestur, ataupun sentuhan. Dalam proses penyampaian pesan yang dilakukan saat komunikasi interpersonal, individu mengharapkan terjadinya *feedback* atau umpan balik. *Feedback* merupakan respon yang diberikan oleh penerima, setelah menerima pesan yang disampaikan oleh pengirim pesan. *Feedback* tentu memberikan efek besar dalam komunikasi yang efektif.

## 3. Saluran (*Channels*)

Saluran merupakan media yang digunakan dalam berkomunikasi untuk menghubungkan antara pengirim dan penerima. Saluran yang digunakan dapat berupa percakapan secara langsung, telepon, *chat*, ataupun media sosial.

## 4. Gangguan (*Noise*)

Dalam proses komunikasi, seringkali terjadi gangguan yang tidak diinginkan oleh setiap individu. Gangguan yang dimaksud dalam proses komunikasi dibagi menjadi empat yaitu gangguan fisik seperti sinyal, suara yang berisik. Gangguan fisiologis seperti gangguan pendengaran, masalah artikulasi. Gangguan psikologis seperti tidak fokus, bias, pemikiran yang tertutup, emosi yang disampaikan secara berlebihan. Gangguan semantik seperti perbedaan bahasa, penggunaan kata-kata atau istilah yang susah dimengerti.

## 5. Konteks (*Contexts*)

Dalam proses komunikasi terjadi latar belakang, situasi, atau lingkungan tempat kita melakukan komunikasi yang memengaruhi cara kita berbicara dan isi pesan yang disampaikan.

#### 6. Efek (*Effects*)

Komunikasi interpersonal selalu memberikan efek atau dampak terhadap individu yang terlibat dalam proses komunikasi. Jenis efek dibagi menjadi tiga yaitu efek kognitif, efek afektif, dan efek perilaku. Efek kognitif merupakan efek yang terjadi dalam pikiran atau pemahaman individu. Efek afektif merupakan efek yang terjadi pada perasaan atau emosi individu. Efek perilaku merupakan efek yang mendorong individu untuk melakukan sesuatu.

#### 7. Etik (*Ethics*)

Etika berarti pemahaman terhadap baik buruk suatu hal, namun dalam konteks komunikasi etika berfokus kepada tindakan atau perilaku yang terjadi pada individu dalam proses komunikasi. Dimana seorang individu bertindak berdasarkan hal yang dianggap moral, ataupun tidak moral, seperti bagaimana cara kita menyampaikan kritik terhadap pesan yang diterima.

Dalam menciptakan komunikasi interpersonal yang efektif, seorang individu perlu memperhatikan kualitas penting yang menjadi fondasi dalam membangun hubungan dan komunikasi. Menurut De Vito (2011) dalam (Achmad et al., 2022), terdapat lima aspek kualitas dalam komunikasi interpersonal, yaitu:

##### 1. Keterbukaan (*Openness*)

Seorang individu dalam komunikasi interpersonal diharapkan dapat memiliki keterbukaan terhadap lawan bicaranya. Keterbukaan yang dimaksud adalah ketersediaan untuk membuka diri terhadap lawan bicara, berbagi pengetahuan, informasi, ataupun perasaan.

## 2. Empati (*Empathy*)

Dalam proses komunikasi, individu diharapkan dapat memiliki empati terhadap pesan yang diterima dari pengirim pesan. Empati merupakan kemampuan individu untuk memahami perasaan yang dialami oleh individu.

## 3. Dukungan (*Supportiveness*)

Individu menunjukkan sifat saling mendukung dalam proses komunikasinya, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang nyaman untuk berkomunikasi. Dukungan dapat berupa memberikan perhatian secara emosional terhadap individu lainnya.

## 4. Sikap Positif (*Positiveness*)

Sikap positif yang diberikan oleh individu dapat ditunjukkan dari penggunaan bahasa dan sikap positif dalam proses komunikasi, yang dapat mengurangi kemungkinan konflik.

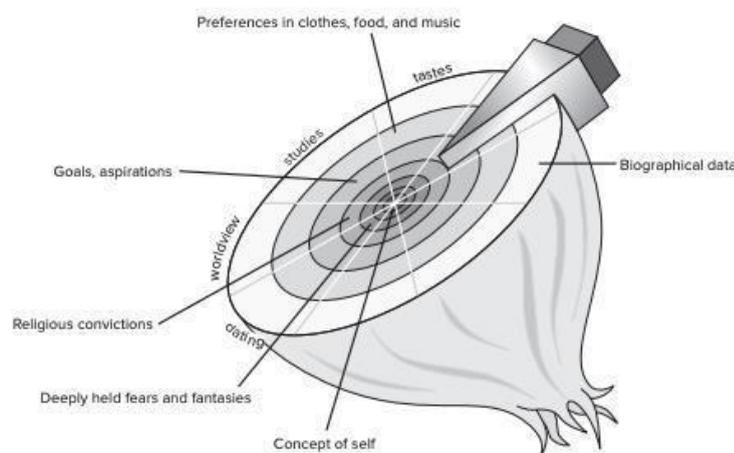
## 5. Kesetaraan (*Equality*)

Komunikasi interpersonal akan lebih efektif apabila setiap individu dalam komunikasi interpersonal memiliki rasa yang setara dengan individu lainnya. Kesetaraan dalam komunikasi interpersonal dapat berdampak pada sikap menghargai individu sebagai lawan bicaranya.

### **2.2.2 Teori Penetrasi Sosial**

Dalam komunikasi interpersonal yang terjadi, seringkali komunikasi dimulai dari hubungan yang membahas mengenai pembahasan ringan, hingga mencapai tingkat hubungan yang lebih mendalam. Dalam (Griffin et al., 2019), Teori penetrasi sosial merupakan teori yang diperkenalkan oleh Irwin Daltman dan Dalmis Taylor, teori ini membahas mengenai bagaimana orang mengembangkan kedekatan dalam hubungan interpersonal secara

bertahap. Dalam teori penetrasi sosial membahas mengenai peran penting keterbukaan diri dalam komunikasi interpersonal untuk meningkatkan kedekatan hubungan dengan individu lain. Teori Penetrasi sosial ini seringkali dianalogikan sebagai analogi bawang, karena proses perkembangan kedekatan hubungan dianalogikan seperti mengupas bawang, yaitu lapis demi lapis (Faidlatul Habibah et al., 2021).



**Gambar 2.1 Analogi Bawang**

Proses penetrasi sosial pada *self-disclosure* dalam hubungan melewati beberapa tahapan, yaitu :

### 1. *Orientation Stage*

Dalam tahapan pertama komunikasi interpersonal yaitu orientasi, seorang individu mencoba untuk membuka diri, dan membagikan informasi yang dianggap umum sebagai proses perkenalan diri. Informasi umum yang dibahas merupakan nama panggilan, pekerjaan. Di tahap pertama inilah seorang individu mulai membuka lapisan terluar dari dirinya, walaupun informasi yang disampaikan masih bersifat hati-hati.

### 2. *Exploratory Affective Stage*

Setelah tahapan pertama dalam komunikasi interpersonal dianggap

berhasil oleh individu, maka individu akan melanjutkan proses penetrasi ke tahapan berikutnya. Dalam tahap ini, informasi yang dibagikan lebih mendalam dibandingkan pada tahap pertama, individu mulai menunjukkan diri mereka kepada orang lain dan mulai memberikan tanggapan mereka terhadap hal-hal yang publik.

### 3. *Affective Stage*

Pada tahap ini, individu mulai membahas mengenai hal-hal yang dianggap pribadi, dan mulai memiliki kedalaman emosional yang lebih kuat dalam komunikasi interpersonal. Dalam proses ini, individu juga memiliki keterbukaan yang lebih dalam, seperti berbagi informasi pribadi yang lebih dalam, perasaan, harapan ataupun pengalaman.

### 4. *Stable Stage*

Dalam tahapan terakhir ini, merupakan tahapan dimana individu memiliki kepercayaan terhadap individu lainnya, dan memiliki rasa aman untuk berbagi informasi-informasi yang bersifat pribadi. Tahapan ini ditandai dengan keterbukaan, dan kedalaman topik yang dibahas (Faidlatul Habibah et al., 2021) Dalam tahapan komunikasi interpersonal, antara penerima dan pengirim pesan sudah memiliki keterikatan emosional, sehingga individu bisa memprediksi respon dan reaksi yang diberikan oleh lawan bicaranya.'

## 2.3 Konsep Yang Digunakan

### 2.3.1 *Self-Disclosure*

*Self-disclosure* atau pengungkapan diri berkaitan erat dengan teori penetrasi sosial, karena teori penetrasi sosial membahas mengenai bagaimana hubungan interpersonal berkembang melalui pengungkapan diri yang dilakukan oleh individu secara bertahap. Menurut DeVito (2013) dalam (Paranagari & Wisudawati, 2024), *self-disclosure* merupakan komunikasi

yang dilakukan dengan membagikan informasi mengenai diri sendiri, yang biasanya hanya disimpan untuk diri sendiri seperti nilai, keyakinan, sikap, dan karakteristik. *self-disclosure* menurut De Vito (2011) dalam (Apriyanti et al., 2024), memiliki lima aspek dalam *self-disclosure*, yaitu :

1. *Amount*

Frekuensi dan waktu yang diperlukan bagi individu untuk dapat membuka diri kepada orang lain, dan seberapa banyak informasi yang dibagikan kepada orang lain.

2. *Valence*

Pengungkapan diri yang dilakukan dapat berupa positif ataupun negatif. Hal-hal positif yang menyenangkan seperti pencapaian, ataupun hal-hal negatif berupa masalah pribadi.

3. *Accuracy/Honesty*

Dalam proses melakukan pengungkapan diri, tentu informasi yang disampaikan harus jujur dan tepat agar dapat membangun hubungan.

4. *Intention*

Pengungkapan diri yang dilakukan harus dengan tujuan yang jelas, sehingga informasi yang disampaikan dalam tahapan pengungkapan diri terhadap individu lainnya sesuai dengan informasi yang ingin diungkap.

5. *Intimacy*

Individu melihat sejauh mana akan mengungkapkan hal-hal yang bersifat pribadi, dan mengungkapkan informasi mengenai diri sendiri yang dianggap detail dan personal.

*Self-disclosure* dilakukan dengan mempertimbangkan berbagai faktor, seperti individu dalam komunikasi interpersonal yang akan memengaruhi keterbukaan dan proses tahapan dalam pengungkapan diri. Selain itu,

pengungkapan diri yang dilakukan juga didasari dengan rasa ketertarikan, dimana seorang individu merasa tertarik dan ingin melakukan pengungkapan diri terhadap individu atau tidak, yang seringkali dilakukan pada orang yang dicintai oleh individu. Dalam hubungan komunikasi interpersonal, tentu *self-disclosure* memiliki beberapa manfaat dalam meningkatkan tahapan pengungkapan diri yang dilakukan, yaitu individu akan mendapatkan cara pandang dan wawasan yang lebih luas lagi dari proses komunikasi interpersonal yang dilakukan, sehingga lebih dapat memahami orang lain, dan sebagai bentuk kedalaman hubungan dengan individu lainnya. Dengan melakukan *self-disclosure*, individu menunjukkan kepercayaan terhadap lawan bicaranya, yang dapat meningkatkan kedekatan hubungan antarpribadi (Apriyanti et al., 2024). Menurut Dalman & Taylor (1973) dalam (Faidlatul Habibah et al., 2021) teori penetrasi sosial pada analogi bawang, terdapat dua dimensi dalam *self-disclosure* yaitu *depth* & *breadth*. *Depth* merupakan kedalaman tingkat keintiman yang mengarahkan pembicaraan mengenai topik yang dianggap dalam, yaitu mencakup hal-hal pribadi. Sementara *breadth* merupakan keluasan pembahasan mengenai berbagai topik yang dibahas dalam suatu hubungan, contohnya pada awal hubungan membahas mengenai hal-hal yang dianggap umum, namun semakin dekat hubungan yang lebih intim, topik pembahasan bisa lebih meningkat.

Dalam teori penetrasi sosial, *self-disclosure* dianggap merupakan cara utama yang digunakan oleh sebuah hubungan yang pada awalnya tidak terlalu intim dan terbuka, dan mulai berkembang menjadi hubungan yang lebih intim. *Self-disclosure* dapat meningkatkan kedekatan hubungan dalam komunikasi interpersonal, namun *self-disclosure* juga dapat menyebabkan individu berada dalam posisi yang rentan. *Self-disclosure* digunakan untuk membangun hubungan yang lebih dekat lagi dengan individu lainnya. Melalui komunikasi interpersonal, seorang individu dapat melakukan *self-disclosure* dengan memahami dirinya sendiri dan melihat bagaimana orang lain memahami dirinya melalui proses komunikasi interpersonal dan keterbukaan.

### 2.3.2 Komunikasi Interpersonal dalam Hubungan Asmara

Jika membahas mengenai hubungan asmara, tentu komunikasi interpersonal yang dimaksud adalah komunikasi interpersonal yang terjadi antar dua individu. Komunikasi interpersonal dalam hubungan asmara tentu memegang peranan yang sangat penting dalam membangun kepercayaan satu sama lain, membangun kedekatan emosional, dan menjaga kualitas hubungan. Dalam setiap hubungan asmara, komunikasi yang efektif merupakan kunci dalam membangun hubungan yang sehat. Sebagaimana yang dikutip dalam DeVito (DeVito, 2022) penelitian menunjukkan bahwa faktor utama yang memengaruhi kebahagiaan, melebihi uang, pekerjaan, ataupun seks adalah hubungan yang dekat dengan satu orang lainnya (Freedman, 1978; Laroche & deGrace, 1997; Lu & Shih, 1997, sebagaimana dikutip dalam DeVito, 2022). Maka dari itu orang yang berada dalam hubungan asmara mengharapkan untuk memiliki komunikasi interpersonal yang baik dengan pasangannya, agar dapat memiliki keterbukaan diri dan kepercayaan yang tinggi dengan pasangannya. Namun, jika seorang individu berada dalam hubungan asmara, maka pengaruh kehadiran individu satu sama lain menjadi sangat besar. Individu akan memiliki kewajiban untuk melakukan *self-disclosure* kepada pasangannya, dengan mengungkap informasi-informasi mengenai dirinya sendiri yang lebih dalam. Begitupun sebaliknya, sebagai individu yang berada dalam hubungan asmara, seorang individu mengharapkan pasangannya untuk dapat terbuka dan mengungkapkan informasi-informasi mengenai dirinya. Komunikasi interpersonal yang terjadi dalam hubungan asmara adalah dengan melakukan *self-disclosure* dengan pasangan, yang bertujuan untuk memiliki kepercayaan, keterbukaan, saling mengenal satu sama lain, serta kedalaman dan keintiman dalam hubungan asmara.

### 2.3.3 *Computer Mediated Communication (CMC)*

Pengungkapan diri yang dilakukan oleh individu dalam komunikasi interpersonal dapat dilakukan secara tatap muka ataupun secara daring menggunakan media sosial. Seiring perkembangan teknologi, komunikasi yang pada zaman dahulu seringkali hanya dapat dilakukan secara tatap muka, saat ini juga mengalami perubahan mengikuti perkembangan teknologi. Saat ini, komunikasi interpersonal dapat dilakukan secara tatap muka ataupun secara daring melalui berbagai platform digital dan semakin banyak individu yang memanfaatkan media sosial untuk berkomunikasi dan berkenalan. Dalam proses ini, pengungkapan diri menjadi hal penting dalam membangun kedekatan dan mempererat hubungan. Dengan kemajuan teknologi, pengungkapan diri kini tidak hanya dapat dilakukan dengan tatap muka, namun dapat dilakukan secara daring. Jika dalam komunikasi tatap muka, individu dapat menerima pesan secara lisan, dan dapat melihat dari komunikasi nonverbal dalam proses interaksi seperti gaya tubuh, intonasi, dan mimik wajah. Namun, dalam komunikasi yang dimediasi oleh komputer atau *Computer Mediated Communication (CMC)*, individu mengandalkan proses pengiriman dan penerimaan pesan yang dilakukan melalui pesan teks, gambar, ataupun stiker yang digunakan, untuk membantu menyampaikan pesan dan emosi.

*Computer Mediated Communication (CMC)* merupakan komunikasi yang dilakukan oleh antar individu yang dilakukan dengan bantuan teknologi komputer (Silvia et al., 2022). CMC memfasilitasi pertukaran informasi antar individu dengan menggunakan email, media sosial, *video call*, telepon, pesan teks, obrolan daring (*chat*), yang memudahkan orang untuk dapat berkomunikasi tanpa harus melakukan tatap muka, tanpa batasan jarak dan waktu. Saat ini bantuan CMC sangat berpengaruh dalam proses komunikasi karena digunakan setiap hari oleh masyarakat dalam berkomunikasi dan interaksi. Masyarakat dengan mudah mengirim pesan kepada penerima pesan, tanpa batasan waktu dan jarak, dengan hanya mengandalkan internet dan teknologi saja. CMC mempelajari bagaimana interaksi dan perilaku manusia dapat terbentuk melalui pertukaran informasi yang dilakukan secara daring (Silfie & Maharini, 2024)

Dengan adanya bantuan CMC, komunikasi dapat dilakukan dengan lebih mudah. Pendekatan diri yang dilakukan oleh individu yang dibatasi oleh jarak, kini dipermudah dengan adanya bantuan CMC, dikarenakan frekuensi komunikasi yang dapat lebih sering dilakukan, walaupun terbatas oleh jarak. Media sosial dapat membantu individu untuk meningkatkan koneksi emosional dan interaksi (Permatasari et al., 2024) Saat ini banyak individu yang memanfaatkan *social media* sebagai sarana untuk mencari teman, ataupun pasangan. Sehingga saat ini pengungkapan diri tidak hanya terbatas dapat dilakukan secara tatap muka saja, namun juga dilakukan secara daring. Namun, tentu tahapan pengungkapan diri yang dilakukan oleh pasangan secara tatap muka dan melalui CMC dapat berbeda, dikarenakan keterbatasan dan tantangan yang berbeda juga. CMC mungkin memiliki keterbatasan dalam komunikasi interpersonal, dibandingkan dengan komunikasi yang dilakukan secara tatap muka. Salah satunya keterbatasannya adalah CMC rentan dalam kesalahpahaman persepsi dalam proses komunikasi, hal ini dikarenakan oleh keterbatasan melihat isyarat nonverbal dan faktor gangguan lainnya seperti jaringan ataupun keterbatasan teknologi lainnya. Komunikasi yang dilakukan melalui CMC membutuhkan upaya lebih untuk memastikan bahwa pesan yang disampaikan, dapat diterima dengan penerima pesan dengan jelas.

#### **2.3.4 Generasi Z dalam hubungan asmara**

Generasi Z merupakan anak-anak yang lahir sekitar tahun 1997 sampai dengan tahun 2012, yang berarti pada tahun 2025 generasi Z berusia antara 13 hingga 28 tahun (Akbar, 2022). Generasi merupakan konstruksi sosial yang di dalamnya terdapat sekelompok orang yang memiliki rentang umur dan pengalaman historis yang sama, sehingga hal ini menyebabkan setiap generasi memiliki karakteristik yang berbeda dengan generasi sebelumnya, sesuai dengan perkembangan zaman (Zis et al., 2021). Generasi Z sendiri saat ini merupakan generasi yang mendominasi di Indonesia, mendominasi dengan jumlah populasi sekitar 74,93 juta jiwa, atau 27,94% populasi di Indonesia (Rainer, 2023).

Sebagai generasi yang lahir pada era perkembangan teknologi yang pesat,

generasi Z merupakan generasi yang memiliki keterikatan yang tinggi dengan teknologi, sehingga sering disebut sebagai “*digital native*”. Pola hubungan asmara generasi Z tentu berbeda dengan generasi-generasi sebelumnya. Generasi z memiliki perbedaan dengan generasi-generasi sebelumnya, yaitu dimana generasi Z menjalin hubungan asmara, dengan mementingkan komunikasi, keterbukaan, rasa saling percaya, dan sikap saling menghormati antar individu (Wahyudi, 2025). Saat ini, definisi baru dari hubungan yang sehat bagi generasi Z bukan hanya sekedar membahas mengenai kesetiaan, namun membahas mengenai komunikasi, keterbukaan, dan setara (Rachmawati, 2025). Sebagai generasi yang tumbuh di era perkembangan digital yang pesat, membuat generasi Z memiliki kemampuan untuk dapat berkomunikasi, berkenalan, hingga menjalin hubungan melalui platform digital.

Dengan karakteristik generasi Z yang mementingkan hubungan asmara dengan nilai keterbukaan, dan kesetaraan, maka peran komunikasi interpersonal sangat penting dalam hubungan asmara generasi Z. Melalui komunikasi yang efektif, generasi Z dapat membangun fondasi yang kuat dalam membangun hubungan yang sehat, dengan menyampaikan keinginan, perasaan, ataupun pikiran secara terbuka. Dalam konteks ini, *self-disclosure* menjadi elemen penting yang perlu diperhatikan bagi generasi Z yang menjalin hubungan asmara, karena *self-disclosure* dapat digunakan untuk membangun kepercayaan dan memiliki keterbukaan dengan pasangan.

### **2.3.5 Hubungan LDR dan Non-LDR**

Perkembangan teknologi yang pesat telah membuka peluang bagi individu untuk dapat membangun hubungan asmara tanpa takut dibatasi oleh jarak geografis. Hubungan asmara kini dapat terjalin walaupun secara jarak jauh, namun tetap membangun keintiman dan koneksi emosional yang kuat. Hubungan asmara jarak dekat atau *Non-Long Distance Relationship* (Non-LDR), merupakan hubungan romantis yang dijalankan dengan kondisi pasangan yang berada dalam satu kota, atau memiliki tempat tinggal yang dekat, sehingga pasangan tersebut dapat sering

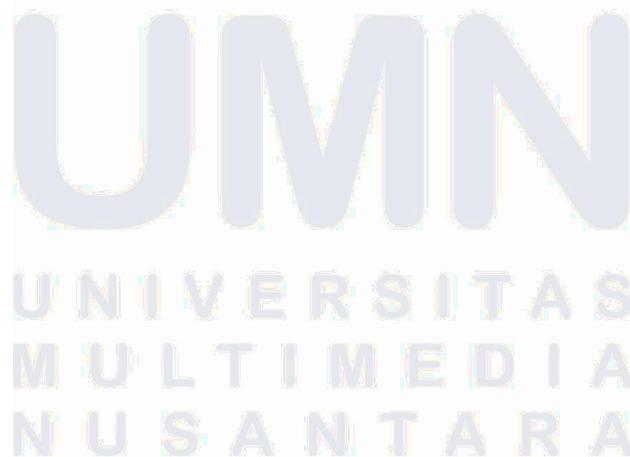
bertemu secara fisik dalam menjalankan hubungannya. Hubungan asmara yang dijalankan secara Non-LDR, tentu memiliki beberapa kelebihan yaitu dapat melakukan komunikasi secara verbal dan nonverbal secara tatap muka, lebih sering dibandingkan pasangan LDR. Hubungan asmara jarak jauh atau *Long Distance Relationship* (LDR) merupakan hubungan yang dijalankan secara jarak jauh, yang dipisahkan oleh jarak demografis, sehingga memiliki keterbatasan untuk melakukan kedekatan fisik (Salma et al., 2022)

Hubungan jarak jauh atau LDR, merupakan hal yang tidak mudah untuk dijalankan bagi pasangan. Dengan adanya keterbatasan jarak geografis, membuat komunikasi yang dilakukan oleh pasangan lebih banyak dilakukan secara daring dengan bantuan CMC. Hambatan utama dalam pasangan yang melakukan hubungan LDR adalah intensitas komunikasi yang terbatas dan kontak fisik yang minim (Salma et al., 2022). Tentu dengan adanya perbedaan jarak, dan keterbatasan dalam komunikasi dan pertemuan tatap muka yang intim, membuat hubungan yang dijalankan secara Non-LDR dan LDR berbeda, termasuk tantangan dan hambatan yang dialami pada kedua pasangan juga dapat berbeda. Pasangan yang menjalankan hubungan dengan Non-LDR dapat dilakukan dengan tatap muka dengan frekuensi yang lebih sering, sementara pasangan yang LDR hanya mengandalkan komunikasi melalui bantuan CMC. Hambatan yang dapat dialami oleh pasangan LDR merupakan komunikasi nonverbal yang dapat dilihat, gangguan dalam penggunaan CMC, ataupun perasaan ragu saat ingin memulai untuk membuka diri. Namun, pasangan yang melakukan hubungan secara jarak dekat ataupun jarak jauh, pasti memiliki tantangan dan hambatan yang berbeda saat melakukan *self-disclosure* dalam membangun hubungan dengan pasangan, dengan tahapan-tahapan *self-disclosure* yang dihadapi oleh masing-masing pasangan.

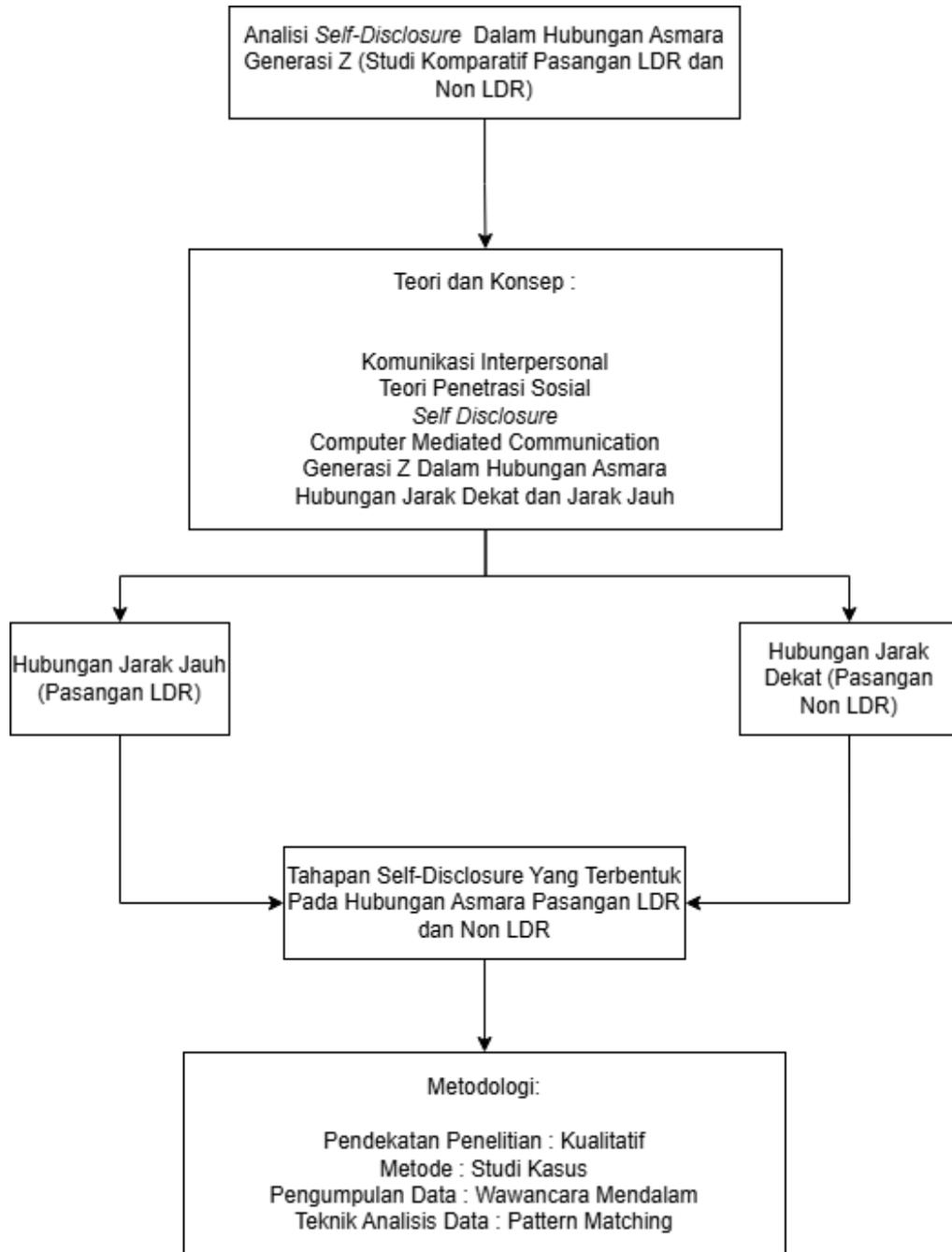
### **2.3.6 Teori Kekayaan Media**

Teori Media Richness, yang dikemukakan oleh Richard L. Daft dan Robert H. Lengel pada tahun 1986, menjelaskan bahwa media komunikasi memiliki tingkat "kekayaan" yang berbeda, yang mengacu pada kemampuan media untuk

menyampaikan informasi secara efektif. Dalam teori kekayaan media, media yang disebut “kaya” merupakan media yang dapat memberikan *feedback*, sementara itu media yang disebut “miskin” merupakan media yang tidak dapat memberikan *feedback*, atau berupa pesan rutin (Maharani & Djuwita, 2020). Menurut (Kuyath & Winter, 2019), Media yang disebut paling “kaya” tentu merupakan *face-to-face communication*, yaitu komunikasi tatap muka, sementara media yang disebut “miskin” merupakan media cetak, seperti poster. Media yang lebih kaya dapat menyampaikan pesan kompleks dengan lebih baik, melibatkan banyak informasi, umpan balik langsung, dan isyarat nonverbal seperti ekspresi wajah dan intonasi suara (Adawiyah & Nuraeni, 2024).



## 2.4 Alur Penelitian



Gambar 2.2 Alur Penelitian