

## HUBUNGAN ANTARA KETERBUKAAN DIRI DENGAN KESEPIAN PADA DEWASA AWAL PENGGUNA APLIKASI *DATING ONLINE*

Nadya Haliza\*, Afif Kurniawan

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi: nadyahaliza@gmail.com

### ABSTRAK

Seseorang yang kesepian cenderung tidak puas dalam menjalin hubungan, amarah, penolakan, bosan, dan depresi. Ketidakpuasan dalam menjalin hubungan dapat menyebabkan orang yang kesepian akan mencari hubungan secara online. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara keterbukaan diri dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi dating online. Pengumpulan data menggunakan skala keterbukaan diri milik Rosyidah dan skala keterbukaan diri milik Ramadhanti. Analisis data dilakukan dengan uji Pearson Product Moment menggunakan SPSS versi 22 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara keterbukaan diri dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi *dating online* dengan arah hubungan yang positif. Kolaborasi antara perawat kesehatan jiwa dengan psikolog sangat menjadi penting untuk berperan menjadi konselor bagi dewasa yang kesepian.

Kata Kunci: dating online, dewasa awal, keterbukaan diri, kesepian

## *THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-DISCLOSURE AND LONELINESS IN EARLY ADULTS USING ONLINE DATING APPLICATIONS*

### ABSTRACT

Someone who is lonely tends to be dissatisfied in relationship, anger, rejection, bored, and depression. Dissatisfaction in relationship can cause lonely people to seek online relationships. This study aims to examine the correlation between self-disclosure and loneliness in early adulthood users of online dating applications. The measuring instrument that used in this study is self-disclosure scale by Altman & Taylor and loneliness scale by Gierveld. Data analysis is using Pearson Product Moment with SPSS version 22 for windows. The result show that there is a significant correlation among self-disclosure and loneliness in early adulthood users of online dating applications and positive correlation. Collaboration between mental health nurses and psychologists is very important to play a role as a counselor for lonely adults.

Keywords: dating online, early adulthood, loneliness, self-disclosure

---

## PENDAHULUAN

Masa dewasa awal (*early adulthood*) adalah masa dimana individu membina sebuah hubungan yang bersifat intim dengan lawan jenis, dimana merupakan tugas perkembangan yang spesifik (Santrock, 2003). Pada tahap dewasa awal ini, individu berusaha memperoleh keintiman (*intimacy*) yang dapat diperoleh melalui komitmen terhadap suatu hubungan dengan orang lain, baik berada didalam hubungan berpacaran atau menikah (Agusdwitanti, Tambunan, and Retnaningsih, 2015).

Menurut Erikson (dalam Santrock, 2011), keintiman merupakan salah satu bentuk krisis dalam kehidupan, yaitu *intimacy VS isolation* yang dikembangkan pada usia dewasa awal. Jika seorang individu yang sedang berada pada masa dewasa awal dapat membentuk sebuah hubungan keintiman yang dekat dengan individu lain, maka intimasi dapat tercapai, namun jika seorang individu tidak berhasil mencapai intimasi, maka individu tersebut akan mengalami isolasi dan merasa kesepian. Agar *intimacy* dapat tercapai, diperlukan interaksi dan terjalannya sebuah hubungan romantis dengan lawan jenis yang dapat diwujudkan dengan melakukan kencan (Chorney and Morris, 2008).

Seiring meningkatnya era digital, individu dengan mudah menemukan pasangan secara online sebagai pilihan yang tepat dan mudah daripada cara terdahulu untuk bertemu orang lain. Salah satunya dengan menggunakan aplikasi *dating online*. Pada tahun 2012 lalu, muncul sebuah aplikasi *dating online* bernama Tinder dan OkCupid. Pada tahun 2013, *developer* lokal Indonesia meluncurkan aplikasi *dating online* yang bernama Setipe.com yang pada tahun 2015 dibuat dengan berbasis *smartphone* (Mellania and Tjahjawan, 2020).

Kegiatan *dating online* berbeda dengan kencan pada umumnya dikarenakan hubungan yang didapatkan secara *online* tersebut bergantung pada daya tarik aplikasi dan gaya komunikasi pengguna aplikasi *dating online* tersebut. Banyak masyarakat yang menggemari mencari pasangan secara *online* dikarenakan cara kerjanya yang mudah dan membuat individu bertemu dengan banyak orang sehingga dapat menjalin banyak hubungan relasi. Hal ini menjadikan aplikasi *dating online* menjadi wadah bagi individu yang ingin menjalin dan menemukan pasangan. Kepopuleran dari aplikasi *dating online* ini tentu menjadi daya tarik bagi banyak pihak (Agusdwitanti et al., 2015).

Menurut sebuah studi tahun 2016 yang dilakukan di Amerika, jumlah total orang lajang di Amerika Serikat adalah 54.250.000, sedangkan jumlah total orang yang telah mencoba kencan secara online adalah 49.250.000 (Flug, 2016). Berdasarkan lembaga survei online DailySocial, hasil survei mereka di tahun 2017 menunjukkan bahwa OkCupid dan Tinder merupakan aplikasi *dating online* yang paling banyak diketahui dan digunakan oleh masyarakat Indonesia dari *platform android, windows, ataupun iOS*. Jika dikalkulasikan secara total, aplikasi *dating online* yang beredar di pasar *android* dan *iOS* sudah berjumlah lebih dari 200 aplikasi dengan fokus yang berbeda-beda (Mellania and Tjahjawan, 2020). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar individu beralih kepada *platform online* dibanding mengandalkan interaksi tatap muka secara langsung.

Anggraini (2018) dalam Kompas.com, pada bulan Januari 2018, pengguna aktif kencan online meningkat 23 persen dibandingkan bulan sebelumnya. Situs CNN juga melaporkan di tahun 2015 berdasarkan survei terhadap 400 responden yang berusia 18-35 tahun, orang Indonesia aktif dalam berkenalan secara *online* dengan orang lain.

Menurut Survey Monkey, Match.com, Plenty of Fish and Happn, JSwipe, Cofffee Meets Bagel, Lulu dan Tinder melihat lebih dari 50 persen pengguna mereka rutin mengecek akun setiap harinya (Giovanni and Mayorga, 2018).

Liem (2016) *online dating* yang berada di Indonesia sendiri telah memiliki pengguna rata-rata 2000 anggota. Kencan melalui internet atau *online dating* merupakan sebuah fitur yang berguna untuk individu lajang yang tengah mencari pasangan dapat menemukannya. Fitur ini disebutkan sebuah alternatif yang efektif dan menyenangkan (Alam, Yeow, and Loo, 2011). Saat ini, terdapat beberapa aplikasi kencan yang cukup populer di masyarakat seperti Tinder, Tantan, Hago, dan Bumble. Pengguna utama aplikasi kencan ini adalah dewasa muda, 27% dari individu berusia 18 hingga 24 tahun telah melaporkan terlibat dalam kencan seluler (Smith, 2016).

Dengan prevalensi aplikasi *dating online*, individu zaman sekarang memiliki kemampuan untuk mendapatkan perhatian secara konstan dari seseorang yang berada jauh dari dirinya melalui aplikasi *dating online*. Secara perlahan, hal ini mengalihkan siklus kencan yang semulanya dengan bertatap muka secara langsung karena teralihkan oleh *platform dating online* yang memiliki cara kerja berbasis *online* dan digital. *Dating online* adalah sebuah fase dalam menjalani hubungan dengan tindakan yang lebih cepat dan mudah daripada kencan zaman dulu yang terkesan “tradisional”. Dengan frekuensi individu yang menggunakan media sosial dan meningkatnya akses pada *smartphone* sekarang, individu lebih memungkinkan untuk terhubung dengan orang lain setiap saat. Tanpa interaksi tatap muka secara langsung, kencan secara *online* dianggap dapat melewati langkah-langkah tertentu atau melewatinya dengan cepat karena kencan secara online tidak memerlukan elemen fisik, emosional, atau sosial seperti yang dilakukan oleh kencan tatap muka secara langsung (Jacobson et al., 2016).

Cudoto, Lee-Won, dan Baek (2019) menjelaskan bahwa individu yang kesepian dapat menunjukkan tingkat ketergantungan yang tinggi pada aplikasi *dating online* dengan harapan menemukan hubungan yang intim dan berusaha untuk memperluas jaringan sosial mereka melalui ketertarikan koneksi jaringan yang ditawarkan *platform*. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Rubenstein, Shaver, Peplau (Perlman & Peplau, 1984) pada rentang usia 18-25 tahun individu memiliki rata-rata skor kesepian yang tinggi (Ramadhanti, 2020).

Santrock (2002) menjelaskan bahwa kesepian yang dialami oleh dewasa disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurangnya waktu dalam berhubungan baik dengan perempuan atau laki-laki dihubungkan dengan perasaan kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Kim, La Rose, dan Peng (2009) menyebutkan bahwa kesepian dapat menjadi penyebab individu cenderung lebih memilih komunikasi secara tidak langsung dan menjadikan *internet* sebagai tempat komunikasi secara berkala (Wardayanti, 2019). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Nora dan Uun (2018) menunjukkan bahwa sebanyak 206 orang subjek yang belum menikah berusia dibawah 25 tahun dan memiliki akun instagram yang

berpartisipasi pada penelitian mereka memiliki nilai lebih tinggi karena kesepian diusia yang lebih muda dan dianggap sebagai alasan seorang individu banyak melakukan pengungkapan diri di media sosial (Instagram) (Anggraeni and Zulfiana, 2018).

Sebuah studi yang dilakukan oleh Nayar (2010) menjelaskan bahwa orang yang kesepian cenderung tidak puas dalam menjalin sebuah hubungan, amarah tidak terkontrol, penolakan, bosan, dan depresi. Ketidakpuasan dalam menjalin sebuah hubungan dengan perilaku sosial dapat menyebabkan orang yang kesepian akan mencari sebuah hubungan secara *online* (Jacobson et al., 2016). Kesepian adalah sebuah perasaan kehilangan dan adanya perasaan tidak puas dari adanya ketidakcocokan antara hubungan sosial yang dijalani dengan hubungan sosial yang diinginkan seorang individu (Brehm & Kassin, 2002). Kesepian hampir dialami oleh seorang individu pada setiap masa perkembangan, salah satunya terjadi pada masa dewasa awal.

Kesepian yang dirasakan individu dapat berupa kesepian secara emosional maupun sosial. Kesepian emosional terjadi karena ketiadaan figur kasih sayang secara intim. Sedangkan kesepian sosial terjadi pada seorang individu yang terintegrasikan secara sosial atau komunikasi (Sears and Freedman, 1985). Menurut Perlman & Peplau (1982) terdapat faktor penyebab dari kesepian yang dibagi menjadi dua faktor yaitu *predisposing factors* dan *precipitating event factors*. *Predisposing factors* dapat mencakup karakteristik orang tersebut (misalnya: seperti harga diri yang rendah, rasa malu, dan kurangnya ketegasan), karakteristik situasi (misalnya: kurangnya sumber daya, lingkungan yang kompetitif), dan nilai budaya umum (misalnya: individualisme). Lalu, pada *Precipitating event factors* adalah faktor-faktor yang dapat menyebabkan kesepian seperti perpisahan hubungan atau pindah ke komunitas baru yang mengubah kehidupan sosial seseorang dengan cara yang signifikan (Perlman & Peplau, 1982).

Ketika seorang individu mengalami kesepian, individu tersebut menunjukkan gejala psikologis dan perilaku yang berbeda yang dapat mempengaruhi cara mereka menafsirkan dan berinteraksi dengan dunia sosial (Cacioppo and Hawkley, 2009). Individu yang mengalami kesepian sangat membutuhkan kehadiran orang lain untuk berkomunikasi dan menjalin suatu hubungan timbal balik yang mendalam dan mendapatkan keintiman, tetapi tidak mampu mewujudkan keinginan tersebut karena berbagai alasan, seperti sifat pemalu, rendah diri, ataupun kehilangan orang yang dipercayainya, yang membuat individu tidak dapat mengkomunikasikan perasaannya. Mengkomunikasikan perasaan seorang individu terhadap orang lain tentu dapat menjadi hal yang harus dilakukan setiap individu, terlebih jika berada dalam kencan secara *online*.

Cara mengkomunikasikan perasaan tersebut adalah dengan membuka diri individu tersebut kepada orang lain. Saat bertemu dengan orang baru, individu kerap lebih tertutup dan saat terlibat kencan secara *online*, individu dapat mengungkapkan detail tentang diri mereka sendiri seperti kota asal, pekerjaan, dan beberapa atribut pribadi lainnya.

Tingkatan keterbukaan diri tergantung pada situasi dimana individu itu terlibat. Dengan individu dapat menerapkan keterbukaan dirinya pada awal perkenalan, hal ini menjadikan seorang individu dan lawan bicaranya menjadi lebih santai dalam melakukan percakapan (Wallace, 1999).

Keterbukaan diri adalah sebuah proses pengungkapan diri, memberikan informasi yang mendalam mengenai diri sendiri kepada orang lain (Baumeister, Vohs, and Tice, 2007). Individu yang menggunakan aplikasi dating online dituntut untuk memberikan komunikasi yang baik kepada calon pasangannya dengan cara melakukan pengungkapan dirinya. McKenna, Green, dan Gleason (dalam Rosen, Cheever, Cummings, & Felt, 2007) mengamati bahwa keterbukaan diri bisa menyebabkan peningkatan keintiman ketika rasa suka dan percaya telah dibentuk dalam hubungan online (Nurliah, 2016).

Ketika seorang individu *match* dengan seseorang pada aplikasi dating online, individu tersebut memutuskan apakah akan membuka diri terhadap lawan bicara tersebut. Dengan keputusan individu akan membuka diri terhadap lawan bicaranya tersebut, berarti seorang individu telah setuju untuk melanjutkan hubungan ke tingkat selanjutnya dengan lawan bicaranya tersebut. Ben-Ze-Ev (dalam Rosen, Cheever, 2007) menyatakan bahwa keterbukaan diri secara online atau virtual lebih akan menonjol karena individu akan merasa lebih aman berada di dunia maya daripada di ruang sebenarnya. Pengungkapan diri yang positif seperti memberikan selamat, pujian, atau motivasi secara online dapat meningkatkan kesehatan fisik, mental, pengalaman emosional sehingga dapat mengatur ulang pikiran dan perasaan tentang pengalaman traumatic atau hambatan yang tersembunyi dalam pikiran seorang individu, sedangkan pengungkapan diri yang negatif secara online seperti mencela orang lain, berkata kotor dapat berakibat pada penolakan orang lain, cemooh, dihindari, bahkan dikucilkan dari pergaulan sosial (Mafazi and Nuqul, 2017).

Espana (2013) menjelaskan, “Untuk mengetahui kapan keterbukaan diri diterapkan dan bagaimana cara kerja keterbukaan diri dalam sebuah hubungan menurut teori Penetrasi Sosial dari Altman dan Taylor, semakin banyak waktu yang kita habiskan dengan orang lain, semakin besar pula kemungkinan kita untuk mengungkapkan siapa diri kita secara lebih intim dan memberi tahu informasi tentang kehidupan kita kepada orang lain tersebut” (Erich R. Merkle and Rhonda A. Richardson, 2000). Keterbukaan diri secara *online* lebih berfokus pada informasi yang lebih rinci mengenai seseorang dan dapat memilih apa saja hal yang perlu seorang individu bagikan kepada orang lain. Individu dapat membuka diri lebih cepat secara *online* karena pada aplikasi *dating online*, individu dapat memberikan bios dan jawaban tentang dirinya sendiri dan orang lain dapat melihat dan merasakan apakah mereka dapat terkoneksi atau tidak (Jacobson et al. 2016).

Berdasarkan paparan di atas yang telah dibuktikan dengan penelitian-penelitian sebelumnya bahwa banyak dewasa awal yang memilih untuk mencari pasangan melalui

aplikasi *dating online*. *Dating online* pada dasarnya adalah iklan pribadi seseorang yang dimana pengguna aplikasi *dating online* dapat dengan mudah meningkatkan dirinya untuk tampil lebih memikat karena kencan *online* sering kali dianggap lebih menarik daripada kencan biasa (Joel, Eastwick, and Finkel, 2017).

Pemaparan dari penelitian-penelitian di atas juga menjelaskan bahwa banyak dewasa awal menggunakan aplikasi dating online karena kesepian. Individu yang kesepian disebutkan lebih mudah untuk mengekspresikan diri mereka secara virtual dan memiliki preferensi untuk berkomunikasi secara virtual menggunakan teknologi sosial, termasuk dengan penggunaan aplikasi dating online. Dengan demikian, individu yang kesepian lebih mungkin untuk menggantikan interaksi tatap muka secara langsung dengan interaksi virtual daripada orang yang tidak terlalu kesepian (Nowland, Necka, and Cacioppo, 2018). Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai kesepian dan keterbukaan diri pada dewasa awal yang merupakan pengguna aplikasi *dating online*.

## **METODE**

### *Desain Penelitian*

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang fokus pada variabel dan pengukuran data yang nantinya akan dianalisis untuk menemukan tujuan dari penelitian ini yaitu hubungan kesepian dan keterbukaan diri pada dewasa awal pengguna aplikasi *dating online* (Djamba, Y. K., & Neuman, 2014). Pendekatan kuantitatif ini dirasa tepat untuk mencapai tujuan penelitian ini. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah metode survei dengan menganalisis data-data yang diperlukan dalam penelitian ini (Neuman, 2007).

### *Partisipan*

Partisipan dalam penelitian ini adalah pria atau wanita usia 20-40 tahun yang aktif atau pernah menggunakan aplikasi dating online (tinder, tantan, okcupid, bumble, line people nearby) selama 1 tahun terakhir. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, dimana terdapat beberapa kriteria partisipan yang ditentukan, sehingga data yang didapatkan spesifik sesuai dengan fokus dan tujuan dari penelitian ini (Neuman, 2003). Populai dalam penelitian ini tidak diketahui jumlah pastinya, sehingga peneliti menetapkan batas minimal sampel yang harus diperoleh adalah sebanyak 100 orang.

Total partisipan dalam penelitian ini sebesar 149 yang memenuhi kriteria penelitian dengan rincian 96 wanita dan 53 pria. Sebagian besar partisipan berusia 22 tahun (30,9%), 21 tahun (24,2%), dengan usia termuda yaitu 19 tahun sebesar 1,3% dan usia tertua yaitu 45 sebesar 0,7%. Sebagian besar partisipan berasal dari Banjarmasin (53%) dan mayoritas berprofesi sebagai mahasiswa (49,7%), karyawan (21,5%), wiraswasta (!2,1%), serta pegawai negeri (7,4%). Partisipan paling banyak menggunakan aplikasi *dating online*

Tinder (42,3%) dan sisanya menggunakan aplikasi Line People Nearby (20,8%) serta Bumble (8,7%), dll.

#### *Pengukuran*

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kesepian milik Ramadhanti (2020) dan skala keterbukaan diri milik Rhosyidah (2015). Pengukuran dilakukan dengan skala likert dengan pilihan jawaban sebagai berikut; 1="sangat tidak sesuai", 2="tidak sesuai", 3="sesuai", 4="sangat sesuai".

Teknik uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan rumus *alpha Cronbach*. Apabila nilai alpha mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, begitu pula sebaliknya semakin mendekati 0 maka semakin rendah reliabilitasnya (Skala kesepian= 0,833; Skala keterbukaan diri= 0,952). Kedua skala juga telah melewati uji validitas *Pearson Product Moment*. Dasar pengambilan keputusan suatu item valid atau tidak valid diketahui dengan cara mengkorelasikan antara skor butir dengan skor total. Apabila korelasi  $r$  diatas 0,03 maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen tersebut valid, namun sebaliknya apabila korelasi  $r$  dibawah 0,03 maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen tersebut tidak valid sehingga harus diperbaiki atau dibuang.

#### *Analisis Data*

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi yaitu *Product Moment Pearson* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji asumsi dilakukan sebelum melakukan analisis data, yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Seluruh analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *SPSS versi 22.0 for windows*.

## **HASIL**

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan termasuk dalam kategori kesepian sedang sebesar 101 orang (67,79%), tinggi sebesar 21 orang (18,12%), dan rendah sebesar 27 (14,09%). Kemudian, untuk skor keterbukaan diri, sebagian besar partisipan termasuk pada kategori sedang sebesar 113 (75,84%), rendah sebesar 12 orang (12,08%) dan tinggi sebesar 18 orang (12,08%). Kategorisasi skor variabel pada penelitian ini ditentukan berdasarkan norma kategorisasi milik Azwar (2012). Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa residual berdistribusi normal dan hasil uji linearitas menunjukkan bahwa ada hubungan yang linear antar variabel. Sehingga penelitian ini telah memenuhi uji asumsi dan dapat dilakukan analisis statistik parametrik yaitu *Pearson Product Moment*.

Hasil uji korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan bahwa kesepian berkorelasi positif dan signifikan ( $r(149)=0,423$ ;  $p<0,001$ ) dengan keterbukaan diri. Korelasi yang positif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi keterbukaan diri, maka seseorang akan

merasa kesepian. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah keterbukaan diri, maka seseorang akan semakin tidak kesepian. Selain itu, hasil analisis menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,179. Hal ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri memberikan sumbangan efektif sebesar 17,9% pada kesepian, sedangkan sisanya yaitu 82,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang dapat mempengaruhi kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi *dating online*.

## **PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterbukaan diri dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi *dating online*. Hasil analisis data menunjukkan bahwa keterbukaan diri memiliki korelasi yang signifikan dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi *dating online*. Hal ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Arah hubungan antar variabel diketahui positif, yang berarti bahwa semakin tinggi keterbukaan diri maka seseorang akan kesepian, dan begitu pula sebaliknya. Berdasarkan hasil perhitungan norma hipotetik, mayoritas partisipan dalam penelitian ini mengalami kesepian yang berada pada kategori sedang, sedangkan skor keterbukaan diri partisipan dalam penelitian ini mayoritas berada pada kategori sedang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurliah (2016) dengan menggunakan metode kuantitatif yang mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dengan keterbukaan diri pada pengguna aplikasi *dating online* pada dewasa awal yang mencari pasangan dengan nilai signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ), dan nilai koefisien korelasi ( $R$ ) sebesar 0.669. Hasil penelitian ini diperoleh dengan melakukan analisa korelasi pearson (1-tailed). Hal ini menunjukkan bahwa pada penelitian yang dilakukan oleh Nurliah (2016) tersebut terdapat hubungan positif antara kesepian dengan keterbukaan diri. Hasil hubungan yang positif pada penelitian yang dilakukan Nurliah (2016) ini mengartikan bahwa semakin tinggi kesepian pada pengguna aplikasi *dating online* pada dewasa awal yang mencari pasangan maka semakin tinggi pula keterbukaan dirinya.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yaitu tidak dapat menyebar secara keseluruhan karena terbatasnya lingkup penyebaran kuesioner dan tidak semua partisipan adalah pengguna aplikasi *dating online*. Selain itu, masih kurangnya pustaka acuan pada pembahasan penelitian ini.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara keterbukaan diri dan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi *dating online*. Temuan ini juga menunjukkan adanya hubungan yang positif antara kedua variabel, yang mana semakin tinggi keterbukaan diri maka seseorang

akan merasa kesepian dan semakin rendah keterbukaan diri maka seseorang tidak akan kesepian. Kolaborasi antara perawat kesehatan jiwa dengan psikolog sangat menjadi penting untuk berperan menjadi konselor bagi dewasa yang kesepian.

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah dapat memperluas persebaran subjek. Sedangkan untuk pengguna aplikasi dating online, dapat mengetahui batasan untuk membuka diri kepada orang lain yang baru dikenal secara *online* dan lebih bijak dalam penggunaan aplikasi *dating online*. Bagi individu yang merasa kesepian diharapkan untuk dapat membuka diri secara baik kepada lingkungan dan jika memutuskan untuk bermain aplikasi berbasis *online*, diharapkan dapat membuka diri secara wajar kepada orang yang baru dikenal secara *online*.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih banyak kepada pihak-pihak yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam pembuatan artikel ini. Terima kasih kepada dosen pembimbing saya Pak Afif Kurniawan yang senantiasa membimbing penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik. Terima kasih juga untuk orang tua dan teman-teman penulis yang selalu memberikan dukungan kepada penulis.

### **REFERENSI**

- Agusdwitanti, H., Tambunan, S. M., & Retnaningsih. (2015). Kelekatan Dan Intimisasi Dewasa Awal. *Psikologi*, 8(1), 18–24.
- Alam, S. S., Yeow, P. H. P., & Loo, H. S. (2011). An Empirical Study on Online Social Networks Sites Usage: Online Dating Sites Perspective. *International Journal of Business and Management*, 6(10), 155–161. <https://doi.org/10.5539/ijbm.v6n10p155>
- Anggraeni, N., & Zulfiana, U. (2018). Hubungan Kesepian Dan Pengungkapan Diri Di Instagram Pada Dewasa Yang Belum Menikah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(2), 245. <https://doi.org/10.22219/jipt.v6i2.7144>
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351–355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Cacioppo, J. T., & Hawkley, L. C. (2009). Perceived social isolation and cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 13(10), 447–454. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2009.06.005>
- Chorney, D. B., & Morris, T. L. (2008). The changing face of dating anxiety: Issues in assessment with special populations. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 15(3), 224–238. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2850.2008.00132.x>
- Djamba, Y. K., & Neuman, W. L. (2002). (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. *Teaching Sociology*, 30(3), 380. [doi:10.2307/3211488](https://doi.org/10.2307/3211488). 30(3), 380–381.
- Erich R. Merkle, & Rhonda A. Richardson. (2000). Digital Dating and Virtual Relating:

- Conceptualizing Computer Mediated Romantic Relationships. *Family Relations*, 49(2), 187–192. <http://www.jstor.org/stable/585815>
- Flug, K. C. (2016). Swipe , Right ? Young People and Online Dating in the Digital Age. *Master of Social Work Clinical Research Papers, Paper 578*. [http://sophia.stkate.edu/msw\\_papers/578/](http://sophia.stkate.edu/msw_papers/578/)
- Giovanni, Y., & Mayorga, D. (2018). *HUBUNGAN SELF ESTEEM DAN POSITIVE WORD OF MOUTH TERHADAP NIAT UNDUH KONSUMEN ( Studi pada Aplikasi Kencan Online OKCupid ) Oleh THE RELATIONSHIP OF SELF ESTEEM AND POSITIVE WORD OF MOUTH TOWARDS CONSUMER ' S DOWNLOAD INTENTION ( Study on Online Dating App. 2011.*
- Indrawati, E. ., & Fauziah, N. (2010). Penyesuaian Sosial dan Tingkat Kesepian Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi Undip. *Jurnal Psikologi Undip*, 1–37.
- Jacobson, L., Atkinson, A., Mohamed, L., & Dorr, J. (2016). Singles Looking to Mingle: An Analysis of Self-Presentation in Online Dating. *Concordia Journal of Communication Research*, 3(1), 1.
- Joel, S., Eastwick, P. W., & Finkel, E. J. (2017). Is Romantic Desire Predictable? Machine Learning Applied to Initial Romantic Attraction. *Psychological Science*, 28(10), 1478–1489. <https://doi.org/10.1177/0956797617714580>
- Kristiani, M. (2007). Tingkat Kesepian Pada Siswa SMA Negeri 3 Semarang Ditinjau dari Efektivitas Komunikasi Orangtua dan Remaja. *Universitas Diponegoro, c*.
- Mafazi, N., & Nuqul, F. L. (2017). Perilaku Virtual Remaja: Strategi Coping, Harga Diri, Dan Pengungkapan Diri Dalam Jejaring Sosial Online. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 128. <https://doi.org/10.14710/jp.16.2.128-137>
- Mahoney, J., Le Moignan, E., Long, K., Wilson, M., Barnett, J., Vines, J., & Lawson, S. (2019). Feeling alone among 317 million others: Disclosures of loneliness on Twitter. *Computers in Human Behavior*, 98(March), 20–30. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.03.024>
- Mellania, C., & Tjahjawulan, I. (2020). Pencarian Jodoh Daring Masyarakat Urban Indonesia. *JSRW (Jurnal Senirupa Warna)*, 8(1), 19–37. <https://doi.org/10.36806/JSRW>.
- Nasution, A. (2020). Bahan Ajar Fsa Angkatan Ke-21 Tahun 2020 Pengujian Hipotesis. *Pusdiklat.Bps.Go.Id*, 4.
- Ningsih, W. (2015). Self Disclosure Pada Media Sosial ( Studi Deskriptif Pada Media Sosial Anonim LegaTalk ). *Skripsi Program Studi Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Sultas Ageng Tirtayasa*, 224.
- Nowland, R., Necka, E. A., & Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and Social Internet Use: Pathways to Reconnection in a Digital World? *Perspectives on Psychological Science*, 13(1), 70–87. <https://doi.org/10.1177/1745691617713052>
- Nugroho, A. (2011). Hubungan Antara Kesepian Dan Kecenderungan Internet Addiction Dengan Kemampuan Interaksi Sosial Pada Remaja Pengguna Warung Internet Y ! Online. *Skripsi Universitas Sebelas Maret*.

- Nurliah. (2016). Hubungan kesepian dengan keterbukaan diri pengguna online dating pada dewasa awal yang mencari pasangan. *Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma*, 1–9.
- Rahman, A. A. (2017). Regulasi Perilaku Islami, Kesadaran Moral, dan Kemunafikan. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 64–72.
- Rosen, L. D., Cheever, N. A., Cummings, C., & Felt, J. (2008). The impact of emotionality and self-disclosure on online dating versus traditional dating. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 2124–2157. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.10.003>
- Smith, A. (2016). 15% of American adults have used online dating sites or mobile dating apps. *Pew Research*, 1–7. <http://www.pewinternet.org/2016/02/11/15-percent-of-american-adults-have-used-online-dating-sites-or-mobile-dating-apps/>
- Wallace, P. (1999). The Psychology of the Internet. In *Canadian Journal of Communication* (Vol. 26, Issue 2). <https://doi.org/10.22230/cjc.2001v26n2a1230>