

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Interaksi dan hubungan manusia sangat penting dalam kehidupan kita. Sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat hidup sendiri tanpa berhubungan dan berinteraksi dengan orang lain. Interaksi dan hubungan manusia dapat meningkatkan kualitas hidup kita. Pentingnya interaksi dan hubungan manusia juga dikonfirmasi oleh penelitian dan pendapat ahli. Interaksi dan hubungan antarmanusia di Indonesia sangat penting karena berkontribusi pada kesejahteraan sosial, kesehatan mental, pembelajaran, pertumbuhan pribadi, pembentukan budaya, perkembangan ekonomi, perubahan sosial, kesejahteraan keluarga, pengaruh politik, dan toleransi dalam masyarakat.

Sebuah artikel di Psychology Today menunjukkan bahwa sejumlah faktor berkontribusi terhadap apakah seseorang itu sosial atau tidak, termasuk kurangnya keterampilan sosial, ketidaknyamanan saat berbicara dengan orang asing, rasa malu, dan khawatir dihakimi oleh orang lain.¹ Ada juga orang yang ingin menjadi antisosial karena merasa tidak cocok dengan lingkungannya.

Namun, perlu diingat bahwa tidak semua orang yang tidak ingin berkencan dengan seseorang memiliki masalah kesehatan mental atau kondisi medis tertentu. Beberapa orang mungkin lebih nyaman dengan aktivitas menyendiri dan lebih suka menghabiskan waktu sendirian. Menurut studi tahun 2018 oleh Badan Pusat

¹ Psychology Today. (2021). Why Some People Want to Be Alone. Diakses pada 13 Mei 2023, dari <https://www.psychologytoday.com/us/blog/fulfillment-any-age/201207/why-some-people-want-be-alone>

Statistik (BPS), sekitar 12,2 persen penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas mengalami kesulitan berkomunikasi dan bersosialisasi dengan orang lain.²

Faktor yang berkontribusi terhadap kesulitan tersebut antara lain kurangnya rasa percaya diri, takut ditolak dan kesulitan memulai percakapan dengan orang lain. Selain itu, sifat tertutup atau introvert juga dapat mempengaruhi keinginan seseorang untuk berinteraksi sosial. Masalah kesehatan mental, seperti gangguan kecemasan, bisa memengaruhi keinginan seseorang untuk berkencan. Menurut Kementerian Kesehatan RI, sekitar 18,5 juta orang Indonesia menderita gangguan kecemasan dan 3,6 juta orang menderita gangguan kecemasan.³

Memang benar bahwa berinteraksi, berteman, dan bersosialisasi pada akhirnya adalah pilihan individu. Namun, beberapa orang merasa kesepian saat tidak memiliki teman atau pasangan. Ini karena manusia adalah makhluk sosial yang perlu berinteraksi dengan manusia lain agar merasa dihargai dan dilibatkan. Sekitar 8,9 juta orang di Indonesia merasa kesepian, menurut survei tahun 2020 oleh Badan Pusat Statistika (BPS). Sekitar 37,7 persen dari mereka merasa kesepian karena tidak memiliki pasangan.⁴

Memang banyak cara yang ditempuh orang untuk mengatasi rasa kesepian saat tidak memiliki pasangan. Salah satu cara yang paling umum dilakukan adalah dengan menghabiskan waktu bersama keluarga, kerabat atau sahabat. Karena berinteraksi dengan orang-orang terdekat Anda dapat memberi Anda kenyamanan

² Badan Pusat Statistik. (2018). Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) 2018: Modul Kesejahteraan Sosial. Jakarta: Badan Pusat Statistik

³ Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta.

⁴ Badan Pusat Statistik. (2021). Persentase Individu Berusia 10 Tahun ke Atas yang Merasa Kesepian Menurut Provinsi, Jenis Kelamin, dan Alasan Kesepian, 2020. Jakarta: Badan Pusat Statistik

dan dukungan sosial yang Anda butuhkan untuk mengatasi perasaan kesepian. Namun, ada juga orang yang suka menghabiskan waktunya dengan hobi atau aktivitas seperti membaca buku, menonton film atau berolahraga. Selain itu, beberapa orang juga suka bergabung dengan komunitas atau organisasi yang sesuai dengan minat atau hobi mereka, yang memberi mereka kesempatan untuk berinteraksi dan bersosialisasi dengan orang-orang yang memiliki minat yang sama.

Di sisi lain, banyak juga orang yang menggunakan media sosial untuk mengatasi rasa kesepiannya. Dalam studi tahun 2021 oleh We Are Social dan Hootsuite, pengguna aktif media sosial bisa mencapai 160 juta orang di Indonesia, atau sekitar 58 persen dari total populasi.⁵ Ada berbagai media sosial dan platform yang memudahkan orang untuk bersosialisasi dan mencari teman, pasangan, atau pasangan hidup. Beberapa di antaranya adalah Facebook. Meskipun awalnya disusun sebagai platform untuk berbagi informasi dan terhubung dengan teman dan keluarga, banyak orang juga menggunakannya untuk mendapatkan teman baru atau menjalin hubungan romantis melalui grup, situs komunitas, dan fitur pencarian teman.

Sebagai platform foto dan video, Instagram juga memfasilitasi interaksi sosial dengan fitur komentar, pesan langsung, dan fitur pencarian yang memungkinkan pengguna menemukan orang baru dengan minat yang sama. Twitter memungkinkan pengguna untuk berinteraksi melalui tweet, balasan, dan pesan. Banyak orang menggunakan Twitter untuk terhubung dengan orang yang berpikiran

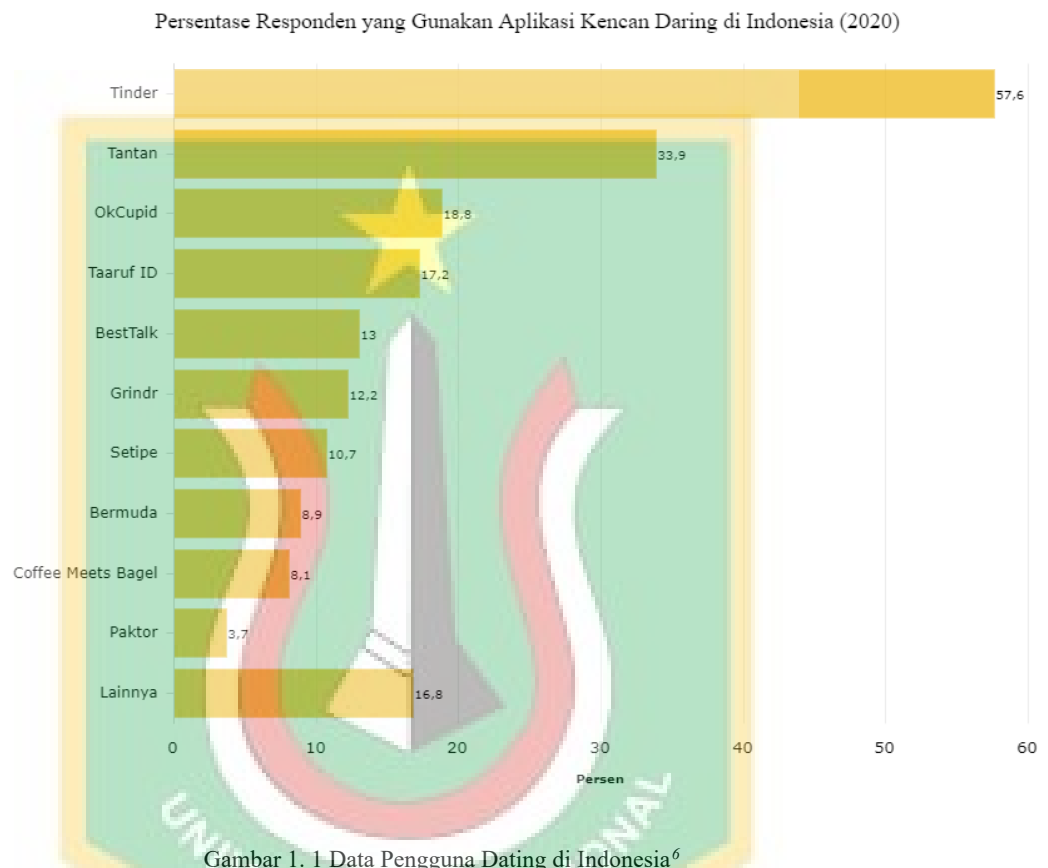
⁵ We Are Social & Hootsuite. (2021). Digital 2021: Indonesia. Diakses pada 13 Mei 2023, dari <https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia>

sama dan menemukan orang dengan minat yang sama. LinkedIn adalah platform profesional yang memungkinkan orang membangun jaringan bisnis dan karier. Meski fokusnya pada konteks profesional, LinkedIn juga digunakan untuk membangun hubungan sosial yang lebih luas, termasuk mencari pasangan hidup. Meetup adalah platform yang memungkinkan orang-orang dengan minat dan hobi yang sama untuk berkumpul secara offline. Ini adalah cara populer untuk bertemu dan bersosialisasi dengan orang baru dengan minat yang sama.

Perlu diingat bahwa penggunaan media sosial untuk mencari teman, pasangan, atau pasangan hidup dapat bervariasi berdasarkan preferensi individu dan penggunaan platform di masyarakat. Aplikasi kencan populer di Indonesia termasuk Tinder, Badoo, OkCupid dan Tantan. Penggunaan aplikasi kencan telah meningkat secara signifikan dalam beberapa tahun terakhir, terutama di kalangan anak muda yang lebih terbuka terhadap cara baru untuk menemukan pasangan atau pasangan.

Berdasarkan laporan serupa dari Web, OkCupid menduduki peringkat ke-26 sebagai aplikasi kencan terpopuler di Indonesia pada April 2021. Hal ini menunjukkan bahwa OkCupid sangat populer di Indonesia dan banyak orang yang memanfaatkannya untuk mencari pasangan atau teman baru. Selain itu, menurut data App Annie, OkCupid menduduki peringkat 20 besar aplikasi kencan paling banyak diunduh di Indonesia pada Februari 2021. Hal ini menunjukkan bahwa banyak orang di Indonesia yang tertarik menggunakan OkCupid sebagai cara untuk mendapatkan pasangan atau teman baru.

Meski belum ada data resmi jumlah pengguna OkCupid di Indonesia, namun fakta tersebut menunjukkan bahwa aplikasi ini cukup populer di Indonesia dan banyak digunakan oleh masyarakat.

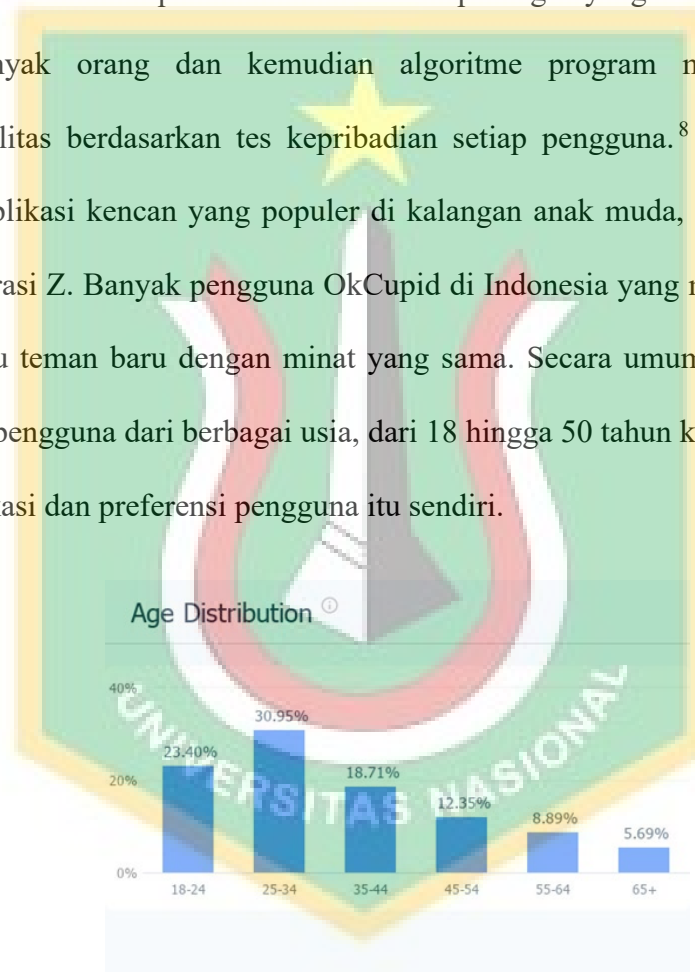


Hasil survei Rakuten Insight bulan September 2020 menunjukkan bahwa 57,6% responden Indonesia menggunakan aplikasi kencan online Tinder. Persentase ini merupakan yang tertinggi dibandingkan dengan program sejenis lainnya. Tantan, aplikasi kencan online China, digunakan oleh 33,9% responden di negara tersebut. Penggunaan Tantan diikuti oleh OkCupid sebesar 18,8%, Taaruf ID sebesar 17,2% dan BestTalk sebesar 13%. Grindr digunakan oleh 12,15%

⁶ <https://www.statista.com/statistics/1186376/indonesia-leading-mobile-dating-apps/> diakses pada 14 May 2023

responden, Setipe 10,66%, Bermuda 8,93%, Coffee Meets Bagel 8,12% dan Paktor 3,72%. Di saat yang sama, 16,8% responden memilih untuk menggunakan aplikasi kencan online lainnya.⁷

Program yang diterbitkan oleh Psychology Today ini menarik minat pengguna karena mempermudah menemukan pasangan yang cocok. Anda bertemu lebih banyak orang dan kemudian algoritme program menentukan rasio kompatibilitas berdasarkan tes kepribadian setiap pengguna.⁸ OkCupid dikenal sebagai aplikasi kencan yang populer di kalangan anak muda, terutama Milenial dan Generasi Z. Banyak pengguna OkCupid di Indonesia yang mencari hubungan serius atau teman baru dengan minat yang sama. Secara umum, aplikasi kencan memiliki pengguna dari berbagai usia, dari 18 hingga 50 tahun ke atas, bergantung pada aplikasi dan preferensi pengguna itu sendiri.



Gambar 1. 2 Persen Umur Pengguna Aplikasi Dating Okcupid

⁷ <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/02/24/tinder-aplikasi-kencan-daring-paling-banyak-digunakan-di-indonesia> diakses pada 14 May 2023

⁸ <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/dating-in-the-digital-age/202002/algorithms-love> diakses pada 14 May 2023

Salah satu keunggulan OkCupid dibandingkan aplikasi kencan lainnya adalah penggunaan algoritme khusus yang disebut Persentase Kecocokan. Algoritme ini menggunakan kuesioner yang diisi pengguna saat pendaftaran dan mencocokkannya dengan pengguna lain dengan minat, nilai, dan preferensi yang serupa. Ini memungkinkan pengguna menerima rekomendasi yang lebih akurat dan spesifik dari OkCupid, menghemat waktu dan tenaga dalam menemukan pasangan yang cocok.

Selain itu, OkCupid memungkinkan pengguna untuk mencari orang berdasarkan kriteria tertentu seperti usia, jarak, minat, dan orientasi seksual. Aplikasi ini juga memiliki fitur perpesanan yang memungkinkan pengguna untuk berkomunikasi langsung dengan calon pasangannya tanpa harus menunggu orang lain memberi mereka suka atau yang serupa. OkCupid juga menawarkan banyak opsi dalam pengaturan privasi dan keamanan, seperti kemampuan untuk menyembunyikan profil Anda dari teman atau orang yang tidak diinginkan, dan untuk melaporkan atau memblokir pengguna yang tidak pantas atau menyeramkan.

Komunikasi interpersonal adalah salah satu cara untuk mengatasi kesepian. Dalam konteks ini, teori keterbukaan diri bisa menjadi pilihan yang ampuh untuk membantu seseorang mengatasi kesepian tanpa pasangan.⁹ Teori pengungkapan diri menyatakan bahwa ketika seseorang terbuka dan mengungkapkan perasaannya secara terbuka kepada orang lain, mereka dapat menghilangkan tekanan dan meningkatkan kepercayaan dirinya¹⁰ Dalam komunikasi interpersonal,

⁹ DeVito, J. A. (2015). *The Interpersonal Communication Book* (14th ed.). Pearson Education, Inc.

¹⁰ Ibid

pengungkapan diri merupakan aspek penting yang dapat membantu individu membuka diri dan mengurangi perasaan kesepian.

Mengekspresikan perasaan atau pengalaman pribadi kepada orang lain dapat membuat individu merasa lebih diterima dan dipahami, sehingga mengurangi perasaan kesepian. Selain itu, komunikasi interpersonal juga dapat membantu dalam mencari dukungan sosial. Dukungan sosial bisa datang dari keluarga, teman atau bahkan orang yang baru Anda kenal. Mencari dukungan sosial dapat membuat orang merasa lebih terhubung dengan orang lain dan mengurangi perasaan kesepian. Namun, tidak semua orang merasa nyaman untuk membuka diri terhadap orang lain dan mengungkapkan perasaannya sendiri.

Itulah mengapa penting untuk memperhatikan konteks dan hubungan antarpribadi yang berlaku dalam komunikasi antarpribadi. Komunikasi dan hubungan interpersonal, yang diterapkan dalam konteks yang tepat, dapat membantu individu mengatasi kesepian dan mencari dukungan sosial. Di sisi lain, komunikasi antarpribadi yang tidak tepat atau mengabaikan konteks dan hubungan yang ada dapat menimbulkan efek negatif seperti penolakan, hilangnya privasi, atau bahkan meningkatnya perasaan kesepian.

Untuk mengatasi kesepian tanpa pasangan, penting untuk memahami teori-teori komunikasi interpersonal, termasuk teori pengungkapan diri. Dengan memahami teori-teori tersebut, individu dapat secara tepat dan efektif mempraktekkan komunikasi interpersonal untuk meredakan perasaan kesepian dan menemukan dukungan sosial yang mereka butuhkan. Oleh karena itu, OkCupid

adalah pilihan yang baik untuk orang yang mencari aplikasi kencan dengan fitur unik dan canggih, tetapi juga untuk pengguna yang mencari hubungan serius atau teman baru dengan minat yang sama.

Peneliti ingin menggali lebih dalam dan mempelajari lebih dalam tentang *self disclosure* kepada informan dalam upaya *self disclosure* dalam mengatasi kesepian (fenomenologi 5 pengguna aplikasi okcupid yang berstatus *single*)

1.2 Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah dari penelitian skripsi ini adalah: bagaimana upaya *self disclosure* dalam mengatasi kesepian (fenomenologi 5 pengguna aplikasi okcupid yang berstatus *single*)?

1.3 Tujuan Penelitian

Dengan melihat rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu: mengetahui upaya *self disclosure* dalam mengatasi kesepian (fenomenologi 5 pengguna aplikasi okcupid yang berstatus *single*)

1.4 Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat beberapa manfaat yang diperoleh diantaranya manfaat akademis, manfaat praktis, manfaat metodologis, dan manfaat sosial.

1.4.1 Manfaat Akademis

Manfaat akademis dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan bagi pembaca dalam memperoleh informasi sesuai dengan teori komunikasi antar pribadi. Penelitian juga diharapkan dapat menjadi acuan penelitian bagi para peneliti yang akan mendatang.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan penjelasan mendalam mengenai pentingnya melakukan *self disclosure* dalam upaya mengatasi kesepian tanpa pasangan. Peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi informasi masukan untuk penelitian dan sebagai bahan studi untuk kajian dibidang ilmu komunikasi.

1.4.3 Manfaat Metodologis

Manfaat metodologis penelitian ini ialah sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya, selain itu dengan adanya penelitian ini diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan pengembangan riset dengan metode penelitian yang berbeda.

