

Hubungan Kecemasan Kencan dengan Kesepian pada Dewasa Awal Pengguna Aplikasi Kencan Online di Kota Makassar

The Relationship Between Dating Anxiety and Loneliness Among Young Adult Users of Online Dating Apps in Makassar

Dian Rezky Utami*, Andi Nur Aulia Saudi, Muh. Fitrah Ramadhan Umar
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa
Email: dianrezky@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan kencan dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi kencan online di kota Makassar. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yakni kuantitatif. Penelitian ini dilakukan melalui survei dari 363 responden dewasa awal yang pernah atau sedang menggunakan aplikasi kencan online di kota Makassar. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yakni The Dating Anxiety Scale for Adolescent (DAS-A) untuk mengukur variabel kecemasan kencan dengan nilai reliabilitas 0.949, dan UCLA Loneliness Scale Version 3 untuk mengukur variabel kesepian dengan nilai reliabilitas 0.882. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan kencan dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi kencan online di kota Makassar dengan nilai $r=0.325$; $p=0.000$ dengan arah hubungan positif, dimana semakin tinggi kecemasan kencan yang dirasakan maka semakin tinggi pula kesepian yang dirasakan pengguna aplikasi kencan online.

Kata Kunci: Kecemasan Kencan, Kesepian, Pengguna aplikasi kencan online.

Abstract

This research aimed to investigate the relationship between dating anxiety and loneliness among young adults using online dating applications in Makassar. The study employed a quantitative approach and was conducted through a survey involving 363 young adult respondents who had either or were currently using online dating applications in Makassar. The instruments used in this study were The Dating Anxiety Scale for Adolescents (DAS-A) to measure the dating anxiety variable with a reliability score of 0.949 and the UCLA Loneliness Scale Version 3 to measure the loneliness variable with a reliability score of 0.882. The research findings revealed a significant relationship between dating anxiety and loneliness among young adults using online dating applications in Makassar, with a correlation coefficient of $r=0.325$; $p=0.000$, indicating a positive relationship. In other words, the higher the perceived dating anxiety, the higher the loneliness experienced by users of online dating applications.

Keywords: Dating Anxiety, Loneliness, Dating Apps Users.

PENDAHULUAN

Sosial media terus mengembangkan fungsi komunikasinya untuk membantu manusia tetap menjalin komunikasi satu sama lain tanpa menghiraukan jarak maupun waktu. Herring dan Kapidzic (2015) menjelaskan bahwa pengguna sosial media kebanyakan menampilkan foto maupun video yang diunggah untuk mempresentasikan diri secara online. Pengguna situs web akan membaca biografi profil pengguna lain sebagai dasar untuk memutuskan apakah akan berinteraksi dengan mereka atau tidak berdasarkan informasi yang diperoleh dari profil pengguna tersebut. Pengguna sosial media melakukan beragam jenis komunikasi untuk tetap menjalin suatu relasi, hingga dibuatlah aplikasi khusus bagi pengguna yang ingin menjalin relasi romantis yang dikenal sebagai aplikasi kencan online. Agusdwitanti et al., (2015) menjelaskan kegiatan dating online yang dilakukan dalam aplikasi tersebut

berbeda dengan kencan pada umumnya, di mana hubungan yang diperoleh dalam aplikasi kencan mengacu pada cara komunikasi para penggunanya.

Mayoritas pengguna aplikasi kencan online berasal dari dewasa awal yang merupakan pekerja maupun mahasiswa. Anderson, et. al. (2020) dalam penelitiannya di tahun 2019, mengungkapkan bahwa sebanyak 48% pengguna aplikasi kencan online di Amerika berada di rentang usia dewasa awal, yakni mulai dari usia 18 tahun hingga 29 tahun. Erikson (dalam Santrock, 2012) mengatakan bahwa individu dewasa awal berada pada tahap perkembangan keenam, yaitu tahap intimacy vs isolation. Intimasi (intimacy) dapat tercapai ketika individu mulai memiliki hubungan kedekatan yang dekat dengan individu lain. Dewasa awal yang tidak berhasil pada tahap intimasi, maka ia akan berada pada situasi isolasi (isolation). Chorney and Morris (2008) menyampaikan, intimasi dapat tercapai dengan berinteraksi dan terlibat dalam sebuah hubungan dengan lawan jenis yang biasa dikenal dengan sebutan kencan. Dewasa awal yang tidak berhasil memperoleh intimasi dalam menjalin hubungan dengan orang lain, maka individu tersebut akan mengalami kesepian. Hal tersebut dibuktikan dalam Barreto et al., (2021) dimana hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa perasaan kesepian lebih banyak dialami oleh dewasa awal dibanding dengan orang tua. Selain itu, pada penelitian tersebut juga memperoleh hasil bahwa kesepian yang dirasakan laki-laki berada pada tingkat lebih tinggi daripada kesepian yang dirasakan perempuan.

Baron dan Branscome (2012) menjelaskan bahwa terdapat tiga faktor yang memiliki dampak pada kesepian. Pertama, faktor determinan genetik, faktor gaya kelekatan, dan faktor pengalaman pembelajaran sosial. Berdasarkan ketiga faktor kesepian tersebut, jika seseorang memiliki pengalaman negatif yang ditimbulkan dari lingkungannya, maka dapat menyebabkan kesulitan dalam berinteraksi, ketakutan, atau kecenderungan untuk menghindari hubungan, yang mampu menghambat kemampuan untuk membangun hubungan yang sehat dengan orang lain, termasuk dengan lawan jenis. Glickman dan LaGreca (2004) menggambarkan kecemasan dalam konteks kencan sebagai bagian dari perasaan cemas, khawatir, dan takut yang muncul ketika individu berinteraksi dalam situasi kencan. Kecemasan dalam berkencan dapat timbul dikarenakan pengalaman kurang menyenangkan dalam berkencan, sehingga mengalami kesulitan ketika akan melakukan kencan dengan calon pasangan. Menurut Stevens dan Morris (2007), individu yang mengalami kecemasan saat berkencan dapat mengalami isolasi dengan tingkat yang lebih tinggi di kehidupan sehari-harinya. Hughes, Waite, Hawkley, dan Cacioppo (2004) juga menyatakan bahwa isolasi dapat dianggap sebagai bentuk eksternal dari kesepian yang dirasakan oleh individu.

Berdasarkan informasi yang telah dipaparkan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi apakah terdapat korelasi antara kecemasan kencan dengan kesepian pada kelompok dewasa awal yang menggunakan aplikasi kencan *online* di Kota Makassar.

Kesepian

Russell (1996) mendefinisikan kesepian sebagai perasaan subjektif individu akibat tidak adanya keekatan hubungan yang dimiliki. Kesepian emosional disebabkan karena kegagalan menjalin kelekatan dalam hubungan dan dalam berintegrasi secara sosial. Peplau dan Perlman (1982), kesepian merujuk pada suatu keadaan yang tidak menyenangkan yang muncul akibat kurangnya interaksi dengan orang lain, ketidakpuasan terhadap hubungan yang tidak akrab, dan kebutuhan akan keintiman yang tidak terpenuhi.

Sampao (2005) menyatakan kesepian ialah hasil interaksi yang tidak sesuai dengan yang diharapkan sebelumnya. Hawkley dan Cacioppo (2010) menyatakan kesepian sebagai perasaan sedih karena kebutuhan sosial seseorang tidak terpenuhi, baik secara kuantitas maupun kualitas hubungan individu dengan orang lain. Taylor, Peplau, dan Sears (2009) menyatakan kesepian adalah ketidaknyamanan psikologis yang individu rasakan ketika hubungan sosial individu mengalami kekurangan dalam beberapa aspek penting.

Baron, Byrne dan Branscombe (2007) menyatakan bahwa kesepian adalah keadaan tidak menyenangkan dikarenakan tidak tercapainya keinginan untuk menjalin relasi yang dekat yang melibatkan emosi dan kognitif. Gierveld, Tilburg, dan Dykstra (2006) memaparkan kesepian ialah kondisi sosial yang subjektif yang dialami pada situasi tidak menyenangkan dan terjadi kekurangan kualitas hubungan. Miller, Perlman, & Brehm, (2007) mengatakan bahwa Individu juga merasakan kesepian ketika bersama banyak orang namun individu tersebut merasa tidak dicintai.

Kecemasan Kencan

Glickman dan La Greca (2004) mendefinisikan kecemasan kencan sebagai perasaan cemas dan tertekan dalam situasi kencan, atau di hadapan calon pasangan kencan, yang dapat berdampak pada terganggunya kemampuan seseorang untuk mengembangkan dan mempertahankan hubungan yang dekat, intim, dan romantis. Nieder dan Sieffge-Krenke (2001) menjelaskan kecemasan kencan sebagai kekhawatiran, kesusahan, dan hambatan yang dialami selama interaksi dengan pasangan kencan atau anggota lawan jenis (yaitu, calon pasangan kencan). Kecemasan dalam situasi kencan yang digeneralisasikan setiap orang berbeda, tergantung situasi sosial yang dihadapi, kualitas hubungan yang dimiliki, ekspektasi keintiman seksual, kekhawatiran yang berbeda tentang diri sendiri (misalnya, kekhawatiran tentang daya tarik fisik seseorang dalam hubungannya), dan beberapa individu mungkin tidak memiliki informasi tentang perilaku yang tepat dalam situasi berkencan. Chorney dan Morris (2008) menjelaskan bahwa kecemasan kencan dapat terjadi hanya ketika individu percaya bahwa mereka berada dalam situasi kencan atau evaluatif. Sebaliknya, ketika individu percaya bahwa mereka hanya menghabiskan waktu bersama orang lain semata-mata sebagai teman, maka kecil kemungkinan timbulnya kecemasan kencan.

METODE PENELITIAN

Responden

Responden dalam penelitian ini adalah dewasa awal dengan rentang usia 18-25 tahun yang menggunakan aplikasi kencan *online* (pasif maupun aktif) di kota Makassar. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini yakni sebanyak 363. Metode *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling*.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yakni The Dating Anxiety Scale for Adolescent (DAS-A) yang telah melalui proses *back translate* oleh Azzahra (2022) untuk mengukur variabel kecemasan kencan dengan nilai reliabilitas 0.949, terdiri dari 21 item, dan UCLA Loneliness Scale Version 3 yang telah melalui proses *back translate* oleh Rinaldi (2021) untuk mengukur variabel kesepian dengan nilai reliabilitas 0.882, terdiri dari 20 item.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang diterapkan pada penelitian ini yaitu statistik inferensial dengan menggunakan teknik *non-parametrik*. Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif untuk memahami karakteristik demografi dari masing-masing responden, memberikan gambaran umum terkait variabel yang diteliti, serta untuk mengetahui tingkat kesepian dan kecemasan yang dialami oleh responden. Selanjutnya, peneliti menggunakan teknik uji korelasi *pearson product moment* yang bertujuan untuk membuktikan hipotesis penelitian secara statistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Hasil kategorisasi pada variabel kesepian bertujuan untuk mengetahui tingkat kesepian pada responden pengguna aplikasi kencan online di Kota Makassar, yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Kategorisasi Tingkat Skor Kesepian

Tingkat Kategorisasi	Rentang Skor	N	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 62,046$	25	6,9 %
Tinggi	$51,473 < X \leq 62,046$	80	22,0 %
Sedang	$40,901 < X \leq 51,473$	161	44,4 %
Rendah	$30,328 < X \leq 40,901$	56	15,4 %
Sangat Rendah	$30,328 \leq X$	41	11,3 %

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa pada variabel kesepian sebagian besar responden berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 44,4% (161 responden). Adapun pada kategori sangat tinggi terdapat sebanyak 25 responden (6,9%), kategori tinggi sebanyak 80 responden (22%), kategori rendah sebanyak 56 responden (15,4%), dan kategori sangat rendah sebanyak 41 responden (11,3%).

Hasil kategorisasi pada variabel kecemasan kencana bertujuan untuk mengetahui tingkat kesepian pada responden pengguna aplikasi kencana online di Kota Makassar, yang dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Kategorisasi Tingkat Skor Kecemasan Kencana

Tingkat Kategorisasi	Rentang Skor	N	Persentase
Sangat Tinggi	$X > 82,314$	101	27,8 %
Tinggi	$77,969 < X \leq 82,314$	24	6,6 %
Sedang	$58,625 < X \leq 77,969$	128	35,3 %
Rendah	$39,28 < X \leq 58,625$	77	21,2 %
Sangat Rendah	$39,28 \leq X$	33	9,1 %

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa pada variabel kecemasan kencana sebagian besar responden berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 35,3% (128 responden). Adapun pada kategori sangat tinggi terdapat sebanyak 101 responden (27,8%), kategori tinggi sebanyak 24 responden (6,6%), kategori rendah sebanyak 77 responden (21,2%), dan kategori sangat rendah sebanyak 33 responden (9,1%).

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan kencana dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi kencana *online* di Kota Makassar. Hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Hasil Analisis Korelasi

Variabel	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Kecemasan kencana dan kesepian	0.325	0.000	Signifikan

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai signifikan yang diperoleh sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05 ($0,000 \leq 0,05$). Maka, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kecemasan kencana dengan kesepian. Adapun nilai pearson correlation yang diperoleh yakni sebesar 0,325, di mana nilai tersebut menandakan bahwa kecemasan kencana dengan kesepian berarah positif yang berarti semakin tinggi kecemasan kencana yang dirasakan maka semakin tinggi pula kesepian yang dialami. Kekuatan hubungan penelitian ini dikategorikan pada kategori lemah. Kesimpulan dari uji hipotesis, yakni H_1 dinyatakan diterima.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan kencana dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi kencana online di kota Makassar. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara kecemasan kencana dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi kencana online, dinyatakan diterima. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil analisis korelasional yang menunjukkan nilai signifikan (2-tailed) sebesar 0,000 (taraf signifikan $< 0,05$) yang berarti kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan.

Bentuk hubungan antar dua variabel yaitu positif, yang artinya semakin tinggi kecemasan kencana pada pengguna aplikasi kencana online di kota Makassar, maka semakin tinggi pula kesepiannya. Sebaliknya, semakin rendah kecemasan kencana pada pengguna aplikasi kencana online di kota Makassar, maka semakin rendah pula kesepiannya. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai pearson correlation yang diperoleh, yakni 0,325 (bernilai positif) dan kekuatan korelasinya tergolong lemah.

Lemahnya hubungan antar kedua variabel dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti faktor determinan genetik yakni perilaku interpersonal yang memengaruhi perasaan depresi, cemas atau takut akan keintiman, faktor gaya kelekatan yakni interaksi antar orang tua dan anak), dan faktor pengalaman pembelajaran sosial yakni keterampilan sosial di lingkungan keluarga atau lingkungan sosial (Baron & Branscome, 2012).

Kemudian, pada hasil kategorisasi menunjukkan sebagian besar subjek penelitian berada pada kategori sedang pada kedua variabel. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh subjek yang terlibat dalam penelitian ini, salah satunya faktor usia. Subjek pada rentang usia 18-21 tahun, lebih banyak yang menggunakan aplikasi kencana daripada subjek berusia 22-25 tahun. Hal tersebut dikarenakan aplikasi kencana lebih populer dikalangan usia 18-21 tahun (mahasiswa), sedangkan usia 22-25 tahun berada

pada tahap perkembangan triallittle commitment, dimana individu lebih sibuk membuat perencanaan untuk tujuan kariernya (Sharf, 2006; Turner & Helms, 1995; Papalia, Feldman, & Olds, 2007).

Korelasi antar kecemasan kencan dan kesepian juga diungkapkan oleh Adamczyk & Segrin (2016), yang menyatakan bahwa tinggi atau rendahnya kecemasan kencan berkaitan dengan kesedihan romantis yang dirasakan. Kesedihan romantis tersebut berkaitan dengan kesepian dalam hal romantis dan juga status hubungannya (lajang atau memiliki kekasih). Maka dari itu perlunya seseorang untuk merealisasikan hal tersebut dengan menjalin hubungan dengan orang lain.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh dari analisis yang telah dilakukan, kemudian dapat ditarik kesimpulan berdasarkan uji hipotesis, bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara kecemasan kencan dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi kencan online di kota Makassar. Kemudian daripada itu, diketahui kekuatan hubungan antar kedua variabel tergolong lemah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adamczyk, K. & Segrin, C. (2016). The Mediating Role of Romantic Desolation and Dating Anxiety in the Association Between Interpersonal Competence and Life Satisfaction Among Polish Young Adults. *Journal of Adult Development*. Vol 23: 1-10.
- Agusdwitanti, H., Tambunan, S. M., & Retnaningsih. (2015). Kelekatan dan Intimisasi Dewasa Awal. *Psikologi*, 8(1), 18–24.
- Azzahra, O.F.S. (2022). *Hubungan Antara Kecemasan Kencan Dengan Kesepian Pada Dewasa Awal Pengguna Aplikasi Kencan Online*. [eprint_fieldopt_thesis_type_skripsi' not defined]. thesis, Universitas Mercu Buana, Yogyakarta.
- Azzahra, O.F.S. (2022). *Hubungan Antara Kecemasan Kencan Dengan Kesepian Pada Dewasa Awal Pengguna Aplikasi Kencan Online*. [eprint_fieldopt_thesis_type_skripsi' not defined]. thesis, Universitas Mercu Buana, Yogyakarta.
- Baron, R. A., & Branscombe, N. R. (2012). *Social Psychology 13th ed*. United States of America: Pearson Education.
- Baron, R. A., Byrne, D., & Branscombe, N. R. (2007). *Mastering social psychology*. Boston: Pearson Educations Inc.
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., et al. (2021). Loneliness Around the World: Age, Gender, and Cultural Differences in Loneliness. *ELSEVIER*. Vol. 169. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>.
- 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>.
- Gierveld, J. D., Tilburg, V. J., & Dykstra, P. A. (2006). *Loneliness and social isolation*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Glickman, A. R., & La Greca, A. M. (2004). The Dating Anxiety Scale for Adolescents: Scale Development and Associations with Adolescent Functioning. *Jurnal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 33 (3), 566-578. doi:https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3303_14.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters; A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227.
- Herring, S. C., & Kapidzic, S. (2015). International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences. In International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences.
- Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkey, C. L., & Cacioppo, J. T. (2004). A Short Scale for Measuring Loneliness in Large Surveys: Results From Two Population-Based Studies. *Research on Aging*, 26(6), 655-672. doi:<https://doi.org/10.1177/0164027504268574>.
- Miller, R. S., Perlman, D., & Brehm, S. S. (2007). *Intimate relationship (4th ed ed.)*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Nieder, T., & Sieffge-Krenke, I. (2001). Coping with stress in different phases of romantic development. *Journal of Adolescence*, 24, 297–311
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian pada Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19: *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*. Vol 11 (3), hlm 267-277 (doi:10.26740/jppt.v11n3.p267-277).

- Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian pada Mahasiswa Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*. Vol 11 (3), hlm 267-277 (doi:10.26740/jptt.v11n3.p267-277).
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure. *Jurnal of personality assessment*, 66 (1), 20-40. doi:https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2.
- Sampao, P. (2005). Relationship of health status, family relations and loneliness to depression in older adult. *Thesis*. Mahidol University.
- Santrock, J. W. (2012). *Life SpanDevelopment : Perkembangan Masa Hidup*. Jilid 1. Edisi 13. Jakarta: Erlangga.
- Stevens, S. B., & Morris, T. (2007). College Dating and Social Anxiety: Using the Internet as a Means of Connecting to Others. *Cyberpsychology and behavior*, 10 (5), 680-689. doi:https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9970.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi sosial (kedua belas ed.)*. Jakarta: Kencana.