

FENOMENA KETERBUKAAN DIRI MELALUI *DEEPTALK* DALAM HUBUNGAN PERSAHABATAN MAHASISWA PERANTAU

Novantina Ismia Anggi

Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Informatika, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana mahasiswa perantau memaknai dan menegosiasikan praktik *Deeptalk* sebagai bentuk *self-disclosure* dalam hubungan persahabatan. Mahasiswa perantau menghadapi berbagai tantangan sosial dan emosional seperti kesepian, homesick, tekanan akademik, serta proses adaptasi dengan lingkungan baru. Dalam kondisi tersebut, *Deeptalk* menjadi ruang komunikasi interpersonal untuk memperoleh dukungan emosional dan rasa dipahami. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk menggali pengalaman subjektif mahasiswa perantau dalam melakukan keterbukaan diri. Informan penelitian berjumlah 10 mahasiswa perantau generasi Z yang dipilih melalui teknik purposive sampling dengan kriteria mahasiswa perantau dari luar Jawa, memiliki sahabat minimal satu tahun, dan pernah melakukan *Deeptalk* dalam hubungan persahabatan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Deeptalk* dimaknai sebagai percakapan mendalam mengenai perasaan, pengalaman pribadi, dan masalah yang tidak dapat disampaikan kepada semua orang. *Deeptalk* berperan dalam membangun kedekatan emosional, serta respon positif lawan bicara. Penelitian ini juga menemukan adanya hambatan seperti dihakimi, kekhawatiran terhadap respon negatif, dan keterbatasan waktu. Untuk mengatasi hambatan tersebut, mahasiswa melakukan keterbukaan diri secara bertahap dan melihat respon lawan bicara terlebih dahulu. Penelitian ini menunjukkan bahwa praktik *Deeptalk* merupakan proses negosiasi emosional dan sosial dalam hubungan persahabatan mahasiswa perantau.

Kata kunci: *Deeptalk*, keterbukaan diri, komunikasi interpersonal, mahasiswa perantau, persahabatan.

Abstract

This study aims to understand how migrant students interpret and negotiate the practice of *Deeptalk* as a form of *self-disclosure* in friendships. Migrant students face various social and emotional challenges such as loneliness, homesickness, academic pressure, and the process of adapting to a new environment. In these conditions, *Deeptalk* becomes a space for interpersonal communication to obtain emotional support and a sense of being understood. This study uses a qualitative method with a phenomenological approach to explore the subjective experiences of migrant students in *self-disclosure*. The research informants were 10 Generation Z migrant students selected through a purposive sampling technique with the criteria of being migrant students from outside Java, having friends for at least one year, and having engaged in *Deeptalk* in friendships. Data collection techniques were carried out through semi-structured interviews. The results of the study indicate that *Deeptalk* is interpreted as an in-depth conversation about feelings, personal experiences, and problems that cannot be shared with everyone. *Deeptalk* plays a role in building emotional closeness, as well as a positive response from the interlocutor. This study also found obstacles such as being judged, concerns about negative responses, and time constraints. To overcome these obstacles, students carried out *self-disclosure* gradually and observed the response of the interlocutor first. This study shows that the practice of *Deeptalk* is an emotional and social negotiation process in the friendship relationships of migrant students.

Keywords: *Deeptalk*, *self-disclosure*, interpersonal communication, migrant students, friendship.

BAB I PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Masa perkuliahan merupakan fase transisi dari remaja ke dewasa yang ditandai dengan perubahan, baik secara sosial, akademik, maupun psikologis. Pada tahap ini, mahasiswa memasuki lingkungan baru dan bertemu individu dari latar belakang budaya, karakter, nilai, dan gaya komunikasi yang berbeda – beda (Zahirah Saviratus & Wijayanti Nur Qoni'ah, 2024). Kondisi tersebut membuat mahasiswa perlu menyesuaikan diri dengan cukup serius, terutama dalam hal membangun dan menjaga hubungan sosial dengan orang lain. Oleh karena itu, kemampuan membangun hubungan sosial menjadi salah satu aspek penting dalam proses adaptasi mahasiswa di lingkungan baru.

Persahabatan di antara mahasiswa memiliki peran penting terutama dalam membantu proses adaptasi terhadap lingkungan baru, memberikan dukungan emosional, serta meningkatkan semangat belajar. Namun, hubungan persahabatan juga sering menghadapi permasalahan yang berkaitan dengan perbedaan karakter dan pola komunikasi. Bagi mahasiswa perantau, proses adaptasi tersebut menjadi lebih kompleks. Mereka tidak hanya menghadapi tuntutan tugas seperti banyaknya tugas, deadline, dan aktivitas organisasi, tetapi juga perlu beradaptasi dengan lingkungan serta budaya yang baru tanpa didampingi keluarga sebagai sumber dukungan utama (Zahirah Saviratus & Wijayanti Nur Qoni'ah, 2024). Kondisi ini membuat mahasiswa perantau cenderung lebih rentan secara emosional dibandingkan dengan mereka yang tinggal bersama keluarga.

Kerentanan tersebut sejalan dengan data kesehatan mental pada remaja semakin meningkat. Survei yang dilakukan oleh I-NAMHS (*Indonesia National Adolescent Mental Health Survey*) tahun 2022 menunjukkan sebanyak 15.5 juta atau sekitar 34.9% remaja mengalami masalah kesehatan mental. Sementara itu, data dari *World Health Organization* (WHO) juga menunjukkan 1 di antar 7 anak berusia 10-19 tahun mengalami gangguan kesehatan mental. Rentang usia tersebut mencakup sebagian besar mahasiswa. Data ini menunjukkan bahwa mahasiswa, termasuk mahasiswa perantau memiliki kebutuhan yang signifikan terhadap dukungan emosional dan relasional yang suportif (Kemenkes, n.d.).

Dalam kondisi tersebut, persahabatan menjadi salah satu sumber dukungan sosial yang penting bagi mahasiswa perantau. Melalui hubungan persahabatan, mahasiswa dapat berbagi pengalaman, memperoleh dukungan emosional, mengurangi stress, serta membangun rasa memiliki terhadap lingkungan sosialnya. Yusuf et al. (2022) menyatakan bahwa sahabat dapat berpersan sebagai pendengar yang baik, pemberi dukungan emosional, bahkan menjadi tempat berbagi dan memberikan masukan ketika individu menghadapi permasalahan. Sejalan dengan itu, Farhan & Annisa (2025) menjelaskan bahwa persahabatan dibangun atas dasar saling percaya, penerimaan, dan dukungan

emosional yang mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis individu.

Salah satu bentuk komunikasi yang banyak dilakukan dalam hubungan persahabatan adalah *deeptalk*, yaitu percakapan yang membahas pengalaman, perasaan, pemikiran, maupun persoalan pribadi secara lebih mendalam dibandingkan percakapan sehari-hari (Putri et al., 2023). Melalui *deeptalk*, individu dapat saling memahami, memperoleh dukungan emosional, mengurangi kesalahpahaman, serta membangun kedekatan interpersonal. Penelitian Aerila et al (2022) menunjukkan bahwa percakapan yang mendalam mampu meningkatkan *sense of belonging*, rasa aman emosional, serta kedekatan dalam hubungan sosial.

Komunikasi yang efektif ditandai dengan adanya pengertian, dapat menimbulkan kesenangan, mempengaruhi sikap, meningkatkan hubungan sosial yang baik dan pada akhirnya menimbulkan suatu tindakan (Haq, 2018). Dengan demikian, istilah *deeptalk* yang populer di kalangan mahasiswa bukanlah konsep baru, melainkan representasi dari praktik *self-disclosure*, yaitu proses keterbukaan diri yang dilakukan secara bertahap melalui komunikasi yang empatik dan penuh kepercayaan sehingga mampu memperkuat hubungan persahabatan. Setiap mahasiswa perantau memiliki cara yang berbeda dalam menghadapi proses adaptasi tersebut. Sebagian memilih untuk terbuka dan berbagi cerita kepada sahabat, sementara yang lain cenderung menyimpan perasaan karena takut dianggap lemah, dihakimi, atau menjadi beban bagi orang lain. Perbedaan cara menyikapi pengalaman tersebut menunjukkan bahwa keterbukaan diri merupakan proses yang dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, kualitas hubungan, dan rasa percaya terhadap lawan bicara.

Melalui *deeptalk*, mahasiswa perantau dapat memperoleh dukungan emosional serta merasa didengarkan dan dipahami. penelitian Ho et al., (2018) menunjukkan bahwa *self-disclosure* dapat memberikan efek emosional positif berupa didengarkan, dipahami, dan berkurangnya beban emosional setelah melakukan percakapan personal. Namun, penelitian tersebut lebih menekankan manfaat keterbukaan diri, sedangkan proses bagaimana individu menentukan informasi yang aman untuk dibagikan dan mengelola batas privasinya masih belum banyak dibahas. Hal ini yang menjadi fokus penelitian ini melalui perspektif *communication privacy management*.

Penelitian Lee et al., (2020) menunjukkan bahwa individu cenderung lebih mudah melakukan keterbukaan diri ketika merasa aman dan tidak dihakimi dalam proses komunikasi. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa respon yang suportif dan adanya rasa diterima membuat individu lebih nyaman membicarakan pengalaman pribadi, perasaan, maupun masalah sensitif secara lebih mendalam. Hal ini menunjukkan bahwa rasa aman emosional memiliki peran penting dalam mendorong proses *self-disclosure* dalam hubungan interpersonal. Sebaliknya, tidak semua mahasiswa merasa nyaman bercerita kepada keluarga, terutama ketika komunikasi dalam keluarga kurang baik (Ilmi, 2023).

Respons seperti merasa dihakimi, dimarahi, atau dibandingkan dengan orang lain membuat mahasiswa enggan terbuka. Karena itu, banyak mahasiswa lebih memilih sahabat sebagai tempat berbagi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa sebelum membuka informasi pribadi, individu terlebih dahulu mempertingkan rasa aman. Dalam perspektif CPM, pertimbangan tersebut merupakan bagian dari pembentukan *privacy rules*.

Permasalahan muncul karena proses keterbukaan diri dalam praktik *deeptalk* tidak selalu berlangsung secara sederhana. Mahasiswa perantau tidak hanya membutuhkan ruang untuk memperoleh dukungan emosional, tetapi juga harus mempertimbangkan informasi pribadi yang aman untuk diungkapkan kepada sahabat. Sebelum membuka diri, mereka menilai tingkat kepercayaan, respon lawan bicara, rasa aman, serta kemungkinan munculnya risiko, seperti penilaian negatif atau penyalahgunaan informasi pribadi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keterbukaan diri bukan sekadar tindakan mengungkapkan informasi pribadi, melainkan juga proses pengelolaan privasi yang melibatkan berbagai pertimbangan.

Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan Teori *Communication Privacy Management* (CPM) dari Sandra Petronio (2002)) untuk memahami bagaimana mahasiswa perantau mengelola, menetapkan batas informasi pribadi, serta menegosiasikan keputusan untuk membuka diri dalam praktik *deeptalk*. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memandang *deeptalk* sebagai bentuk keterbukaan diri, tetapi juga sebagai proses pengelolaan informasi pribadi yang dipengaruhi oleh kepercayaan, rasa aman, dan konteks hubungan persahabatan.

Sebagian memilih untuk terbuka dan berbagi cerita sebagai cara memperoleh dukungan emosional, sementara sebagian lainnya cenderung menyimpan perasaan karena takut dihakimi, dianggap lemah, menjadi beban bagi orang lain, atau khawatir informasi pribadinya disalahgunakan. Oleh karena itu, Keterbukaan diri merupakan proses yang dinamis dan selektif karena individu mempertimbangkan pengalaman pribadi, kualitas hubungan, rasa percaya, privasi, kenyamanan emosional, serta kemungkinan munculnya risiko sosial sebelum membagikan informasi pribadi (Divine Maloney, Reza Zamanifard, 2020). Dengan demikian, penelitian ini tidak lagi berfokus pada apakah *Deeptalk* mampu membangun kedekatan interpersonal karena hal tersebut telah banyak dijelaskan dalam teori dan penelitian terdahulu, melainkan pada bagaimana mahasiswa perantau mengelola, menegosiasikan, dan memaknai proses *self-disclosure* dalam hubungan persahabatan.

Dari perspektif ilmu komunikasi, penelitian ini berada dalam ranah komunikasi interpersonal, khususnya komunikasi dyadik dalam hubungan persahabatan. *Deeptalk* dipahami sebagai praktik komunikasi interpersonal yang melibatkan proses keterbukaan diri (*self-disclosure*) sekaligus pengelolaan privasi (*privacy management*). Dalam proses komunikasi tersebut, komunikator dan

komunikasikan secara bergantian menjadi pengirim sekaligus penerima pesan. Penyampaian pesan yang bersifat personal dan emosional, umpan balik dari lawan bicara, serta konteks sosial menjadi faktor yang memengaruhi keberlangsungan komunikasi dan keputusan individu untuk membuka diri. Pada tingkat hubungan, *Deeptalk* tidak hanya berfungsi sebagai sarana menyampaikan informasi pribadi, tetapi juga sebagai proses membangun kepercayaan, kedekatan emosional, serta mengelola batas-batas informasi pribadi dalam hubungan persahabatan.

Dalam konteks mahasiswa perantau, proses komunikasi tersebut dipengaruhi oleh berbagai dinamika, seperti tekanan akademik, proses adaptasi, persaingan, dan perbedaan latar belakang budaya yang dapat menjadi hambatan dalam mengungkapkan informasi pribadi. Sebelum melakukan *Deeptalk*, mahasiswa perantau mempertimbangkan tingkat kepercayaan, kenyamanan, risiko sosial, serta batas informasi yang akan dibagikan kepada sahabatnya. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan *Teori Communication Privacy Management (CPM)* sebagai landasan teori untuk memahami bagaimana mahasiswa perantau mengelola dan menegosiasikan informasi pribadi ketika melakukan *Deeptalk*, sedangkan *self-disclosure* digunakan sebagai konsep untuk menjelaskan bentuk keterbukaan diri yang muncul dalam proses tersebut. Melalui pendekatan kualitatif dengan perspektif fenomenologi, penelitian ini berupaya menggali pengalaman subjektif mahasiswa perantau sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih kontekstual mengenai dinamika komunikasi interpersonal dalam hubungan persahabatan.

Berdasarkan penelitian tersebut, permasalahan dalam penelitian ini berfokus pada dinamika keterbukaan diri dalam praktik *Deeptalk* di kalangan mahasiswa perantau. Secara teoritis, keterbukaan diri dipahami dapat memperkuat kedekatan dan kepercayaan dalam hubungan interpersonal. Namun, dalam konteks mahasiswa perantau yang berada dalam situasi adaptasi sosial dan kerentanan emosional, proses tersebut tidak selalu berlangsung secara sederhana. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana mahasiswa perantau memaknai dan menegosiasikan praktik *Deeptalk* melalui proses pengelolaan informasi pribadi dalam hubungan persahabatan?

Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam makna dan pengalaman mahasiswa dalam melakukan *Deeptalk* dalam hubungan persahabatan. Melalui penelitian ini, peneliti berupaya menggali bagaimana mahasiswa memaknai *Deeptalk* sebagai bagian dari proses komunikasi yang membentuk kedekatan emosional dan kepercayaan dalam persahabatan. Selain itu, penelitian ini juga bermaksud untuk menjelajahi bagaimana *Deeptalk* berperan dalam perkembangan perasaan, keterbukaan diri, serta dinamika hubungan sosial antar sahabat. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini ingin memahami perubahan cara mahasiswa berkomunikasi dan berinteraksi dengan sahabatnya sebelum dan sesudah melakukan *Deeptalk*, serta bagaimana pengalaman tersebut

membentuk persepsi mereka terhadap arti persahabatan yang sesungguhnya.

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian komunikasi interpersonal, khususnya terkait konsep *Self-disclosure* dan *Deeptalk* dalam hubungan persahabatan. Penelitian ini membantu memahami bagaimana proses keterbukaan diri dan percakapan mendalam membentuk kedekatan emosional, terutama pada mahasiswa perantau yang memiliki pengalaman sosial yang unik. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya serta memberikan wawasan bagi mahasiswa tentang pentingnya keterbukaan, empati, dan komunikasi yang tulus dalam membangun dukungan emosional selama masa perkuliahan.

1.2 Teori Communication Privacy Management

Penelitian ini menggunakan Teori Communication Privacy Management (CPM) yang dikembangkan oleh Sandra Petronio (2002). Teori ini menjelaskan bagaimana individu mengelola informasi pribadi dalam proses komunikasi interpersonal. Menurut Petronio (2002), setiap individu memiliki hak atas informasi pribadinya sehingga berwenang menentukan informasi apa yang akan diungkapkan, kepada siapa informasi tersebut diberikan, serta dalam kondisi apa informasi tersebut dibagikan. Oleh karena itu, keterbukaan diri dipahami bukan sebagai Tindakan yang terjadi secara spontan, tetapi sebagai hasil dari proses pertimbangan terhadap manfaat, Risiko, Tingkat kepercayaan, dan kualitas hubungan dengan lawan bicara.

Dalam teori *Communication Privacy Management* terdapat beberapa konsep utama, yaitu *private information*, *privacy boundaries*, *privacy rules*, *co-ownership*, *boundary coordination*, dan *boundary turbulence*. *Private information* merupakan informasi yang dianggap sebagai milik pribadi sehingga individu memiliki hak untuk menentukan apakah informasi tersebut akan dibagikan atau tidak. *Privacy boundaries* menjelaskan bahwa setiap individu memiliki batasan mengenai informasi yang dapat diketahui oleh orang lain. Untuk menentukan batas tersebut, individu menggunakan *privacy rules*, yaitu aturan yang dipengaruhi oleh pengalaman, kepercayaan, konteks hubungan, serta pertimbangan manfaat dan risiko. Ketika informasi pribadi telah dibagikan kepada orang lain, penerima informasi menjadi *co-owner* yang memiliki tanggung jawab untuk menjaga kerahasiaan informasi tersebut. Selanjutnya, *boundary coordination* menunjukkan adanya kesepakatan mengenai bagaimana informasi pribadi dikelola, sedangkan *boundary turbulence* terjadi ketika aturan privasi dilanggar sehingga dapat menimbulkan hilangnya kepercayaan dan memengaruhi hubungan interpersonal.

Konsep yang berkaitan dengan teori CPM adalah *self-disclosure*. menurut Jourard (1971), *self-disclosure*. Menurut Jourard (1971), *self-disclosure* merupakan proses ketika individu secara sukarela mengungkapkan informasi mengenai dirinya kepada orang lain, baik berupa pikiran, perasaan,

pengalaman, maupun permasalahan pribadi. Keterbukaan diri berperan penting dalam membangun hubungan interpersonal karena dapat menciptakan rasa saling percaya, kedekatan emosional, serta dukungan sosial. Namun, proses keterbukaan diri tidak terjadi secara otomatis karena individu terlebih dahulu mempertimbangkan apakah lawan bicara dapat dipercaya dan mampu menjaga kerahasiaan informasi yang diberikan.

Dalam konteks penelitian ini, *deeptalk* dipahami sebagai bentuk komunikasi interpersonal yang melibatkan keterbukaan diri sekaligus proses pengelolaan privasi. Sebelum membagikan pengalaman pribadi kepada sahabat, mahasiswa perantau mempertimbangkan tingkat kepercayaan, kenyamanan, manfaat, serta risiko yang mungkin muncul setelah informasi tersebut diungkapkan. Oleh karena itu, teori *communication privacy management* digunakan sebagai landasan untuk memahami bagaimana mahasiswa perantau mengelola dan menegosiasikan informasi pribadi ketika melakukan *deeptalk* dalam hubungan persahabatan.

Temuan tersebut didukung oleh beberapa penelitian terdahulu. Penelitian Annabillah & Boer, (2023) menunjukkan bahwa *Deeptalk* mampu meningkatkan kedekatan emosional dalam komunikasi interpersonal. Putri et al., (2023) menjelaskan bahwa *Deeptalk* mendorong individu melakukan *self-disclosure* sehingga hubungan interpersonal menjadi lebih erat. Yusuf et al (2022) juga menemukan bahwa komunikasi terbuka dalam persahabatan memberikan dukungan emosional bagi individu. Sementara itu, Farhan & Annisa (2025) menyatakan bahwa *Deeptalk* menjadi sarana memperoleh dukungan emosional dan memperkuat hubungan persahabatan. Berbeda dengan penelitian-penelitian tersebut, penelitian ini menggunakan perspektif *Communication Privacy Management* untuk memahami bagaimana mahasiswa perantau mengelola batas keterbukaan diri, membangun rasa percaya, serta mempertimbangkan risiko sebelum melakukan *Deeptalk* dalam hubungan persahabatan.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami suatu fenomena yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain dalam bentuk kata-kata. Pendekatan fenomenologi dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengalaman subjektif mahasiswa perantau dalam melakukan *Deeptalk* sebagai bentuk keterbukaan diri dalam hubungan persahabatan. Melalui pendekatan ini, peneliti berupaya memahami makna pengalaman, perasaan, serta proses komunikasi yang dialami informan secara langsung. Metode Fenomenologi berangkat dari pandangan bahwa realitas sosial dibentuk oleh pengalaman langsung individu terhadap suatu fenomena (Sinaulan et al., 2025).

Informan penelitian adalah 10 mahasiswa perantau generasi Z yang berasal dari luar pulau Jawa yang memiliki pengalaman melakukan *Deeptalk* dalam hubungan persahabatan, berusia 19-25 tahun, memiliki sahabat minimal satu tahun, dan pernah melakukan *Deeptalk* dalam hubungan persahabatan. Informan dipilih menggunakan teknik purposive sampling karena dianggap memiliki pengalaman yang sesuai dengan fokus penelitian. Pemilihan usia tersebut karena individu mulai membangun hubungan sosial yang lebih intim dan terbuka dengan teman sebaya. Pada masa ini, mahasiswa cenderung mengalami proses transisi dari remaja menuju kedewasaan, sehingga kebutuhan akan dukungan emosional dan komunikasi mendalam semakin meningkat. Mahasiswa perantau dipilih karena memiliki pengalaman yang unik dalam beradaptasi dengan lingkungan baru, jauh dari keluarga, dan sering kali menjadikan sahabat sebagai tempat berbagi cerita dan dukungan emosional. Populasi ini dipilih karena mahasiswa perantau sering menghadapi tantangan adaptasi sosial, kesepian, dan tekanan akademik, dimana *deep talk* berpotensi menjadi mekanisme dukungan utama.

Sampel penelitian ditentukan melalui teknik purposive sampling, purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Aulia et al., 2025). yang bertujuan memilih partisipan yang paling relevan dengan fenomena yang diteliti. Kriteria penelitian : 1) Mahasiswa perantau dari luar Jawa; 2) Gen Z; 3) Memiliki sahabat minimal 1 tahun

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah wawancara semi-terstruktur. Wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi melalui tanya jawab, sedangkan wawancara semi-terstruktur agar dapat mengeksplorasi makna pengalaman pribadi informan dalam melakukan *Deeptalk*. Wawancara dilakukan untuk menggali bagaimana mereka memaknai *Deeptalk* dan perasaan setelah melakukan *Deeptalk*.

Menurut Farhan & Annisa (2025) menyatakan bahwa analisis data meliputi tiga tahap (1) Reduksi data, menyaring dan memilih informasi penting dari hasil wawancara terkait makna *Deeptalk* dalam hubungan persahabatan. (2) Penyajian data, menyusun hasil wawancara dalam bentuk narasi deskriptif, kutipan langsung dari partisipan, dan tema-tema yang muncul sebagai representasi pengalaman mahasiswa. (3) Kesimpulan, menarik pemahaman mendalam mengenai peran *Deeptalk* dalam memperkuat kedekatan emosional dan keterbukaan antar sahabat.

Dalam penelitian ini, keabsahan data diuji menggunakan kriteria yang dikemukakan oleh Lincoln dan Guba (1985 dalam Jailani et al., 2020) yaitu *credibility*, *transferability*, dan *confirmability*. Aspek *credibility* dijaga melalui teknik triangulasi sumber dan member check, yang bertujuan memastikan kebenaran data dengan membandingkan berbagai sumber informasi serta konfirmasi dari partisipan. Selanjutnya, *transferability* dicapai dengan memberikan deskripsi konteks penelitian secara mendalam, sehingga hasil penelitian dapat dipahami serta diterapkan pada konteks

serupa. Terakhir, *confirmability* dilakukan dengan memastikan bahwa data yang diperoleh benar-benar bersumber dari hasil partisipan, bukan hasil asumsi pribadi peneliti.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria: 1) Mahasiswa Perantau dari Luar Jawa, 2) Generasi Z, dan 3) Memiliki sahabat minimal 1 tahun. pemilihan terhadap 10 informan dipilih karena memenuhi kriteria yang telah ditetapkan dan memiliki pengalaman langsung terkait keterbukaan diri dalam hubungan persahabatan. Menjalani kehidupan di lingkungan baru membuat mahasiswa perantau dihadapkan berbagai tekanan sosial dan emosional, seperti perasaan kesepian, homesick, tekanan akademik, serta proses adaptasi dengan lingkungan baru. Kondisi tersebut mendorong munculnya kebutuhan akan ruang komunikasi yang lebih intim dan mendalam. Dalam konteks inilah *Deeptalk* hadir sebagai bentuk komunikasi interpersonal yang penting. Meskipun demikian para informan secara perlahan mampu beradaptasi dengan lingkungan, dan mulai terbiasa tinggal di perantauan. Data demografi diambil dari transkrip wawancara untuk menunjukkan variasi karakteristik.

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa perantau yang sedang menempuh pendidikan di Solo. Sepuluh informan berasal dari berbagai daerah di luar pulau jawa, seperti Medan, Kalimantan, Bali, Nusa Tenggara Timur, Bangka Belitung, Lampung, Riau, dan Ende. Keberagaman asal daerah tersebut menunjukkan bahwa para informan memiliki latar belakang budaya yang berbeda sehingga memberikan pengalaman komunikasi interpersonal yang beragam dalam membangun kepercayaan, melakukan keterbukaan diri, dan memaknai *Deeptalk* dalam hubungan persahabatan.

No.	Kode	Usia	Jenis Kelamin	Angkatan	Asal Daerah
1.	Informan 1	21	Laki-laki	2022	Medan
2.	Informan 2	23	Perempuan	2021	Kalimantan
3.	Informan 3	20	Laki-laki	2023	Bali
4.	Informan 4	22	Perempuan	2022	NTT
5.	Informan 5	23	Perempuan	2021	Bangka Belitung
6.	Informan 6	22	Perempuan	2022	Lampung

7.	Informan 7	22	Perempuan	2022	Kalimantan
8.	Informan 8	21	Perempuan	2023	Riau
9.	Informan 9	22	Laki-laki	2022	Ende
10.	Informan 10	23	Laki-laki	2024	Riau

(sumber: Data demografi informan, Mei 2026)

Penelitian ini melibatkan 10 informan yang merupakan mahasiswa perantau dan sesuai dengan kriteria penelitian. Komposisi partisipan terdiri dari 6 mahasiswa perempuan dan 4 mahasiswa laki-laki, dengan rentang usia 20-23 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa mereka termasuk generasi Z yang dimana seseorang mulai membangun hubungan pertemanan yang lebih dekat dan bermakna. perbedaan ini memberikan gambaran yang beragam, karena setiap orang memiliki cara berbeda dalam menceritakan perasaan dan pengalaman pribadinya kepada orang lain.

Menjalani kehidupan di lingkungan baru membuat mahasiswa perantau dihadapkan berbagai tekanan sosial dan emosional, seperti perasaan kesepian, homesick, tekanan akademik, serta proses adaptasi dengan lingkungan baru. Kondisi tersebut mendorong munculnya kebutuhan akan ruang komunikasi yang lebih intim dan mendalam. Dalam konteks inilah *Deeptalk* hadir sebagai bentuk komunikasi interpersonal yang penting. Meskipun demikian para informan secara perlahan mampu beradaptasi dengan lingkungan, dan mulai terbiasa tinggal di perantauan.

3.1 Pentingnya *Deeptalk* Dalam Hubungan Persahabatan

Berdasarkan hasil wawancara, mayoritas informan memaknai *deeptalk* sebagai bentuk komunikasi interpersonal yang mendalam, personal, dan menyentuh sisi emosional individu. Dalam perspektif *communication privacy management* (petranio, 2002), praktik tersebut menunjukkan bahwa individu mengelola informasi pribadi sebelum memutuskan untuk mengungkapkannya kepada orang lain. Mahasiswa perantau tidak membagikan pengalaman pribadi kepada semua orang, tetapi hanya kepada sahabat yang dianggap memiliki kedekatan emosional dan dapat dipercaya. Hal tersebut terlibat dari hasil wawancara dengan informan yang memaknai *deeptalk* sebagai percakapan yang lebih mendalam dibandingkan dengan komunikasi sehari-hari. Salah satu informan menyampaikan :

“ Menurut saya, Deeptalk itu maknanya lebih ke obrolan yang lebih dalam, inti, dan personal dengan sahabat.” (informan 1)

Informan lain juga menjelaskan bahwa *Deeptalk* menjadi ruang untuk membicarakan hal-hal yang jarang diungkapkan kepada orang lain, seperti perasaan, ketakutan, maupun pengalaman pribadi.

“ Kalau buat aku sendiri, Deeptalk itu sebuah percakapan dimana kita bisa berbicara satu

sama lain tentang diri kita, keseharian kita, tetapi dengan pembahasan yang lebih mendalam. Misalnya membahas perasaan, ketakutan, mimpi, atau hal-hal yang jarang kita ungkapkan kepada banyak orang.” (informan 7)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dinamika Pengungkapan Diri dalam Persahabatan Mahasiswa di indeks: Analisis Berdasarkan Teori Penetrasi Sosial yang menjelaskan bahwa keterbukaan diri berkembang melalui tahapan hubungan interpersonal hingga mencapai kedekatan emosional dan rasa paling percaya (Cangara et al., 2025). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa hubungan persahabatan menjadi semakin dekat ketika individu mulai berani mengungkapkan pengalaman pribadi dan emosinya kepada sahabat. Selain itu bentuk keterbukaan diri, *Deeptalk* juga dimaknai sebagai ruang ekspresi emosional bagi mahasiswa perantau. Jauh dari keluarga membuat individu membutuhkan tempat bercerita dan dukungan emosional dari sahabatnya. Hal tersebut diungkapkan oleh salah satu informan:

“ Bagi sebagian orang Deeptalk mungkin dianggap tidak terlalu penting. Tetapi bagi orang yang merantau atau jauh dari orang tua, Deeptalk itu penting karena semua orang membutuhkan tempat untuk tempat bercerita tentang kejadian yang dialami, apalagi bagi orang yang sedang berjuang sendiri jauh dari keluarga.” (informan 3)

Temuan ini menunjukkan bahwa setelah individu memutuskan membuka batas privasinya (*privacy boundaries*), sahabat menjadi pihak yang dipercaya untuk menerima informasi pribadi sehingga mampu memberikan dukungan emosional. Dalam perspektif *Communication Privacy Management*, keputusan untuk membuka batas privasi tersebut didasarkan pada keyakinan bahwa sahabat mampu menjaga informasi yang diberikan serta memberikan respons yang positif. Oleh karena itu, dalam proses *Deeptalk*, individu tidak selalu mencari solusi atas permasalahannya, melainkan lebih membutuhkan kesempatan untuk didengarkan, dipahami, dan memperoleh validasi emosional. Melalui proses tersebut, *Deeptalk* menjadi media untuk menyalurkan emosi, mengurangi beban pikiran, serta memperkuat hubungan persahabatan. Selain itu, beberapa informan memaknai *Deeptalk* sebagai ruang untuk menunjukkan sisi diri yang sebenarnya tanpa harus berpura-pura di hadapan orang lain. Salah satu informan menyampaikan:

“ Menurut aku Deeptalk itu melepas sisi yang ga pernah dilihat orang lain tapi terlihat oleh satu orang yang kita percayai. Sempelnya Deeptalk yang melepas sandiwara.” (informan 4)

Temuan ini menunjukkan bahwa pada sebagian informan, *Deeptalk* membantu membangun kepercayaan dan saling memahami dalam hubungan persahabatan. Melalui percakapan mendalam, individu dapat memahami kondisi emosional, cara berpikir, dan pengalaman hidup sahabatnya secara lebih personal. Proses tersebut memperkuat ikatan emosional dalam hubungan interpersonal.

Keterbukaan diri berpengaruh terhadap kualitas hubungan pertemanan. Semakin tinggi keterbukaan diri individu, maka hubungan persahabatan yang terjalin juga menjadi lebih dekat dan berkualitas (Rahmawati & Zahra, 2023).

Selain untuk membangun kedekatan emosional, beberapa informan mengungkapkan bahwa tujuan melakukan *Deeptalk* bukan selalu untuk mencari solusi atas masalah yang dihadapi, melainkan untuk memperoleh rasa lega setelah bercerita.

“ tujuannya biar lega aja gitu, bukan buat cari solusi tapi buat cari teman yang satu pemikiran dan yang juga ngerasain hal yang sana biar ga gila sendirian.” (informan 4)

Informan lain juga menyampaikan :

“ iya, saya lebih butuh didengarkan. Tidak harus selalu ditanggapi atau diberi solusi.” (informan 1)

Kebutuhan untuk didengarkan menunjukkan bahwa keterbukaan emosional tidak selalu bertujuan mencari solusi, tetapi juga memperoleh validasi emosional dan rasa dipahami. Hal ini didukung oleh penelitian Ho et al., (2018) yang menunjukkan bahwa *self-disclosure* dapat membantu individu merasa lebih lega dan dipahami setelah melakukan percakapan personal yang mendalam. Berdasarkan pengalaman para informan, *Deeptalk* menjadi salah satu cara memperoleh validasi perasaan dipahami oleh sahabat. Temuan ini menunjukkan bahwa *Deeptalk* tidak hanya menjadi media komunikasi interpersonal, tetapi juga ruang untuk membangun rasa diterima dan keterhubungan emosional. Hal ini sejalan dengan penelitian Aerila et al., (2022) yang menjelaskan bahwa percakapan mendalam membantu individu membangun *sense of belonging* dan rasa aman dalam hubungan sosial. Dalam hubungan persahabatan, keberadaan sahabat sebagai pendengar dinilai lebih penting dibandingkan pemberian solusi secara langsung. Hal ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri dalam *Deeptalk* berfungsi sebagai bentuk pelepasan emosi dan mencari kenyamanan emosional.

Berdasarkan hasil penelitian, para informan memaknai *Deeptalk* bukan sekadar percakapan biasa, melainkan bentuk keterbukaan diri yang memungkinkan mereka mengungkapkan perasaan, pengalaman, dan masalah pribadi kepada sahabat yang dipercaya. Proses keterbukaan diri tersebut membantu terbentuknya kedekatan emosional, rasa percaya, serta dukungan emosional dalam hubungan persahabatan. Melalui *Deeptalk*, individu merasa lebih dipahami, didengarkan, dan diterima sehingga hubungan persahabatan menjadi lebih dekat dan bermakna.

3.2 Kedekatan Emosional sebagai Dasar Pengelolaan Keterbukaan Diri

Berdasarkan pengalaman para informan, keterbukaan diri dalam hubungan persahabatan berkembang secara bertahap setelah muncul kedekatan emosional dan rasa percaya. Kedekatan

emosional membuat seseorang merasa aman, nyaman, dan percaya untuk membagikan cerita maupun pengalaman pribadinya kepada orang lain. Dalam konteks hubungan persahabatan mahasiswa perantau, kedekatan emosional menjadi dasar penting dalam melakukan *Deeptalk* karena individu cenderung memilih orang yang dianggap mampu memahami dan menerima dirinya tanpa memberikan penilaian negatif. Kedekatan emosional membuat individu merasa diterima, dipahami, dan tidak dihakimi ketika menceritakan hal-hal pribadi. Dalam perspektif CPM, kedekatan emosional menjadi salah satu dasar individu dalam membentuk *privacy rules*, yaitu aturan pribadi mengenai kepada siapa informasi dapat dibagikan.

Dalam penelitian Jarosch (2016) dijelaskan bahwa semakin besar kedekatan, maka semakin tinggi tingkat keterbukaan diri dan semakin besar pula rasa aman yang dirasakan oleh individu. Penelitian tersebut juga menegaskan bahwa keterbukaan diri berperan penting dalam perkembangan dan pemeliharaan hubungan yang dekat. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan emosional dan keterbukaan diri saling berkaitan dalam membentuk hubungan persahabatan yang lebih intim. Hasil wawancara menunjukkan bahwa informan memandang kedekatan emosional sebagai syarat penting sebelum melakukan *Deeptalk* atau menceritakan hal-hal pribadi kepada sahabat. Salah satu informan menyampaikan:

“kalau tidak ada kedekatan emosional yang baik, saya tidak bisa cerita sembarangan.”
(informan 1)

Informan lain juga mengungkapkan:

“Karena kalau tidak ada ikatan emosional dan kepercayaan, kita tidak mungkin langsung mencurahkan cerita kepada orang lain.” (informan 5)

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa keterbukaan diri sangat dipengaruhi oleh adanya rasa percaya dalam hubungan persahabatan. Informan cenderung memilih untuk melihat respon dalam sikap lawan bicara terlebih dahulu sebelum memutuskan untuk membuka diri lebih jauh. Ketika sahabat memberikan respon yang positif, mendengarkan tanpa menghakimi, serta mampu menjaga cerita yang diberikan, maka individu akan merasa lebih aman untuk melakukan keterbukaan diri. Selain itu, informan lain juga menekankan bahwa rasa aman dan nyaman menjadi faktor utama dalam proses keterbukaan diri. Salah satu informan menyatakan:

“ semakin dekat secara emosional, rasa takut akan semakin kecil, dari situ muncul rasa aman dan nyaman, sehingga aku merasa tidak akan dipandang negatif atau dihakimi.” (informan 7)

Informan lain juga mengatakan :

“ tanpa kedekatan emosional, tidak mungkin seseorang mau langsung menceritakan hal-hal pribadi atau sisi kelam kepada orang lain.” (informan 9)

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pada sebagian besar informan, kedekatan emosional menjadi faktor penting yang mendorong keberanian untuk melakukan keterbukaan diri. Semakin kuat kedekatan emosional yang terbangun, maka semakin besar keberanian individu untuk melakukan keterbukaan diri secara mendalam. Kedekatan emosional membuat individu merasa diterima, dipahami, dan tidak dihakimi ketika menceritakan pengalaman maupun perasaan pribadinya. Dengan demikian, *Deeptalk* tidak hanya menjadi bentuk komunikasi interpersonal, tetapi juga menjadi sarana membangun rasa aman, kepercayaan, dan hubungan persahabatan yang lebih bermakna.

3.3 Hambatan dan Strategi Dalam Melakukan *Deeptalk*

Dalam hubungan persahabatan, proses *deeptalk* tidak selalu berlangsung dengan mudah. Praktik *deeptalk* melibatkan pengungkapan informasi yang bersifat pribadi, seperti perasaan, pengalaman hidup, maupun permasalahan yang dianggap sensitif. Dalam perspektif *Communication Privacy Management* (Petronio, 2002), individu tidak serta-merta mengungkapkan informasi tersebut, tetapi terlebih dahulu mempertimbangkan kepada siapa informasi akan dibagikan, tingkat kepercayaan terhadap lawan bicara, serta kemungkinan manfaat dan risiko yang dapat muncul setelah informasi diungkapkan. Pertimbangan tersebut membentuk *privacy rules* yang menjadi dasar individu dalam menentukan batas privasinya (*privacy boundaries*). Kepercayaan tersebut umumnya terbentuk melalui interaksi yang konsisten, pengalaman bersama, serta kualitas hubungan yang telah terjalin dalam waktu tertentu (Fauzi & Arifiana, 2024).

Berdasarkan hasil wawancara, hambatan utama dalam melakukan *Deeptalk* berasal dari faktor psikologis, seperti rasa takut dihakimi dan takut dianggap berlebihan ketika menceritakan masalah pribadi. Salah satu informan menyampaikan:

“Hambatannya ada rasa takut di judge dan takut cerita saya dianggap tidak penting”
(informan 1)

Informan lain juga mengungkapkan:

“Hambatan terbesar adalah rasa takut terhadap judgment dan respon orang lain, terutama jika topiknya cukup sensitif atau memalukan” (informan 7)

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa individu mempertimbangkan berbagai risiko sebelum membuka batas privasinya. Dalam CPM, pertimbangan tersebut disebut sebagai *privacy rules*, yaitu aturan yang digunakan individu untuk menentukan apakah informasi pribadi layak dibagikan. Informan merasa khawatir apabila cerita yang disampaikan justru menimbulkan respon yang tidak sesuai harapan, seperti tidak dipahami, diabaikan, atau dianggap berlebihan oleh sahabatnya. Akibatnya, individu menjadi lebih berhati-hati sebelum memutuskan untuk melakukan *Deeptalk*.

Temuan ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri dalam hubungan persahabatan bersifat selektif dan mempertimbangkan berbagai risiko sosial. Individu tidak langsung membuka diri secara penuh, tetapi terlebih dahulu menilai apakah lawan bicara dapat dipercaya dan memberikan respon yang aman secara emosional. Self disclosure dipengaruhi oleh pertimbangan privasi, rasa aman, dan kekhawatiran terhadap konsekuensi sosial setelah keterbukaan dilakukan (Divine Maloney & Reza Zamanifard, 2020)

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Oktaviani et al., (2020) yang menjelaskan bahwa individu cenderung mempertimbangkan risiko sebelum melakukan keterbukaan diri dapat menimbulkan ketidaknyamanan apabila respon yang diterima tidak sesuai harapan, bahkan dapat menyebabkan kesalahpahaman dan penolakan sosial. Selain itu, individu juga cenderung memilih situasi dan orang tertentu yang dianggap aman untuk menerima cerita pribadinya. Selain rasa takut dihakimi, beberapa informan juga menyadari adanya risiko setelah melakukan *Deeptalk*, seperti cerita yang disebarkan kepada orang lain dan munculnya rasa kecewa terhadap sahabat. Salah satu informan mengungkapkan:

“Risiko yang paling besar menurut aku adalah ketika orang yang kita percaya ternyata tidak bisa menjaga rahasia.” (informan 5)

Informan lain juga mengatakan:

“Aku pernah merasa cerita ke orang tertentu, tapi tiba-tiba cerita itu menyebar ke orang lain.” (informan 6)

Kutipan tersebut menunjukkan bahwa keterbukaan diri dalam *Deeptalk* tidak selalu berjalan tanpa risiko. Ketika kepercayaan yang diberikan kepada sahabat tidak dijaga dengan baik, individu dapat merasa kecewa dan menjadi lebih berhati-hati untuk terbuka kembali. Selain itu, beberapa informan juga takut apabila *deeptalk* justru menimbulkan konflik, rasa canggung, atau perubahan dalam hubungan persahabatan. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan menjadi faktor penting yang menentukan keberanian individu dalam melakukan keterbukaan diri.

Di sisi lain, terdapat hambatan yang bersifat situasional, seperti keterbatasan waktu akibat kesibukan. informan menyampaikan bahwa sulitnya menemukan waktu yang tepat untuk bertemu dan berbicara secara mendalam membuat *Deeptalk* tidak selalu dapat dilakukan.

“Kalau sekarang hambatannya lebih ke kesibukan. susah cari waktu karena sama-sama sibuk” (informan 2)

Sibuk kuliah, organisasi, maupun rutinitas sehari-hari menjadi faktor yang membatasi intensitas komunikasi mendalam dalam hubungan persahabatan. Hal ini menunjukkan bahwa *Deeptalk* membutuhkan situasi yang mendukung agar individu dapat merasa nyaman untuk berbicara secara

terbuka. Dalam menghadapi berbagai hambatan tersebut, informan memiliki strategi tersendiri agar tetap dapat melakukan *Deeptalk* dengan sahabatnya. Salah satu strategi yang dilakukan adalah memulai percakapan dari hal-hal ringan terlebih dahulu sebelum masuk ke pembahasan yang lebih personal.

“Dengan mulai cerita hal-hal kecil dulu, pelan-pelan sampai terbiasa” (informan 1)

Strategi tersebut menunjukkan bahwa para informan penelitian ini, keterbukaan diri berlangsung secara bertahap. Individu tidak langsung menceritakan hal-hal yang sangat pribadi, tetapi membangun rasa nyaman terlebih dahulu melalui percakapan sederhana. Cara ini membantu individu untuk melihat respon lawan bicara sebelum melanjutkan ke pembahasan yang lebih mendalam. Selain itu, beberapa informan juga melakukan *Deeptalk*, seperti menenangkan diri melalui aktivitas tertentu.

“biasanya aku mengalihkan dengan cara jalan-jalan atau mendengarkan, musik, jajan, nonton” (informan 2)

Informan lain juga menyampaikan:

“ biasanya kalau terlalu banyak dipendam, saya mencoba mencari cara untuk mengurangi beban pikiran, misalnya dengan menyendiri, nongkrong, minum kopi, atau merokok sambil berpikir” (informan 3)

Aktivitas tersebut dilakukan sebagai bentuk pengelolaan emosi agar individu merasa lebih siap secara psikologis sebelum melakukan keterbukaan diri. Melalui refleksi diri dan pengalihan emosi, individu berusaha mengurangi rasa takut dan keraguan yang muncul ketika ingin menceritakan masalah pribadinya kepada sahabat. Selain itu, beberapa informan juga memilih untuk melihat respon dan sudut pandang lawan bicara terlebih dahulu sebelum mulai melakukan *Deeptalk*.

“ biasanya aku tanya-tanya dulu pendapat dia tentang topik yang mau aku ceritakan. Dari situ aku lihat sudut pandangnya. Kalau dia netral dan bisa memahami, baru aku cerita lebih dalam” (informan 6)

Perilaku tersebut menunjukkan adanya proses negosiasi keterbukaan diri sebelum individu benar-benar membagikan pengalaman personalnya. Individu cenderung membaca respon, sikap, dan sudut pandang lawan bicara terlebih dahulu untuk memastikan bahwa situasi komunikasi cukup aman untuk melakukan *Deeptalk*. Hal ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri tidak dilakukan secara spontan, tetapi melalui pertimbangan emosional dan sosial terkait rasa aman, penerimaan, serta kemungkinan munculnya penilaian negatif dari orang lain. Kutipan tersebut menunjukkan bahwa individu melakukan selektivitas dalam keterbukaan diri. Sebelum benar-benar terbuka, individu terlebih dahulu memastikan bahwa lawan bicara mampu memberikan respon yang aman dan tidak menghakimi. Dengan demikian, proses *Deeptalk* tidak hanya dipengaruhi oleh keinginan untuk

bercerita, tetapi juga mempertimbangkan rasa aman, kepercayaan, dan kesepian emosional individu.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa hambatan dalam melakukan *Deeptalk* meliputi faktor psikologis, interpersonal, dan situasional. Rasa takut dihakimi, kekhawatiran cerita disebar, serta keterbatasan waktu menjadi hambatan utama dalam proses pengungkapan informasi pribadi. Namun demikian, individu memiliki berbagai strategi untuk mengatasi hambatan tersebut, seperti melakukan keterbukaan secara bertahap, mengelola emosi terlebih dahulu, dan melihat respons lawan bicara sebelum bercerita lebih jauh. Dalam perspektif *Communication Privacy Management*, temuan ini menunjukkan adanya kemungkinan *boundary turbulence* sebagaimana dijelaskan oleh Petronio (2002). Ketika informasi pribadi yang telah dibagikan tidak dijaga kerahasiaannya atau disebar tanpa izin, batas privasi yang telah dibangun menjadi terganggu sehingga menurunkan kepercayaan dan memengaruhi kualitas hubungan persahabatan. Oleh karena itu, proses *Deeptalk* tidak hanya bergantung pada keinginan individu untuk bercerita, tetapi juga pada kemampuan kedua belah pihak dalam menjaga batas privasi, sehingga tercipta rasa aman dan kepercayaan dalam hubungan persahabatan.

3.4 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, para informan dalam penelitian ini memaknai *Deeptalk* sebagai bentuk komunikasi yang mendalam, personal, dan menyentuh sisi emosional individu. *Deeptalk* tidak hanya dipahami sebagai percakapan biasa, tetapi menjadi ruang untuk membicarakan hal-hal pribadi yang tidak dapat disampaikan kepada semua orang, seperti perasaan, keresahan, pengalaman hidup, hingga masalah yang sedang dihadapi. Dalam konteks komunikasi interpersonal, *Deeptalk* dapat dipahami sebagai bentuk percakapan mendalam yang melibatkan keterbukaan diri, pertukaran emosi, dan pembahasan pengalaman personal antar individu yang memiliki hubungan (Fauzi & Arifiana, 2024). Oleh karena itu, mayoritas Informan juga memandang bahwa *Deeptalk* bukan hanya dilihat dari topik pembicaraannya, tetapi dari seberapa dalam hubungan yang terbangun melalui obrolan tersebut.

Pentingnya *Deeptalk* bagi mahasiswa perantau dipengaruhi oleh kebutuhan emosional individu selama menjalani kehidupan jauh dari keluarga. Kondisi merantau membuat mahasiswa menghadapi berbagai tekanan emosional, seperti perasaan kesepian, homesick, tekanan akademik, dan proses adaptasi dengan lingkungan baru (Fauzi & Arifiana, 2024). Situasi tersebut menyebabkan individu membutuhkan tempat untuk berbagi cerita, mencurahkan perasaan, dan memperoleh dukungan emosional dari orang terdekat. Dalam kondisi tersebut, sahabat dipandang sebagai sosok yang mampu mendengarkan, memahami kondisi, dan memberikan rasa nyaman secara emosional. Oleh karena itu, *Deeptalk* dianggap penting oleh para informan karena membantu individu merasa didengarkan,

dipahami, serta tidak menghadapi masalah seorang diri.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa praktik *deeptalk* tidak hanya melibatkan keterbukaan diri, tetapi juga proses pengelolaan informasi pribadi sebagaimana dijelaskan dalam teori *communication privacy management* (Petronio, 2002). Sebelum mengungkapkan pengalaman, perasaan, dan pemikiran pribadi, mahasiswa perantau terlebih dahulu mempertimbangkan tingkat kepercayaan, kedekatan emosional, serta kemungkinan risiko yang muncul setelah informasi tersebut dibagikan. Dalam perspektif CPM, proses tersebut menunjukkan bahwa individu menetapkan *privacy rules* sebelum membuka batas privasinya. Hasil penelitian ini juga di dukung oleh Pratiwi, (2023) yang menyatakan bahwa *deeptalk* berfungsi sebagai *support system*, Kurniawan & S, (2021) yang menjelaskan bahwa komunikasi yang terbuka mampu memperkuat hubungan interpersonal Serta Fadilla et al.,(2023) yang menyatakan bahwa keterbukaan diri berperan dalam memperkuat kedekatan dan rasa saling percaya dalam hubungan persahabatan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses *deeptalk* tidak terjadi secara spontan, tetapi berlangsung secara bertahap. Sebelum membagikan informasi pribadi, mahasiswa perantau terlebih dahulu membangun rasa percaya melalui percakapan ringan, kemudian secara perlahan mengungkapkan pengalaman dan perasaan yang lebih personal. Dalam perspektif *Communication Privacy Management*, proses tersebut menunjukkan penerapan *privacy rules*, yaitu aturan yang digunakan individu untuk menentukan kapan, kepada siapa, dan sejauh mana informasi pribadi dapat dibagikan (Petronio, 2002).

Temuan ini sejalan dengan Teori *Communication Privacy Management* yang menjelaskan bahwa keputusan individu untuk membuka informasi pribadi dipengaruhi oleh rasa aman, rasa percaya, dan kualitas hubungan dengan lawan bicara (Petronio, 2002). Dalam penelitian ini, mayoritas informan menunjukkan bahwa kedekatan emosional menjadi dasar dalam menentukan kepada siapa mereka bersedia membuka batas privasinya. Semakin tinggi tingkat kepercayaan, semakin besar pula kesediaan individu untuk melakukan keterbukaan diri melalui praktik *Deeptalk*.

Dalam perspektif *Communication Privacy Management*, keterbukaan diri yang dilakukan melalui praktik *Deeptalk* merupakan proses pengelolaan informasi pribadi. Ketika rasa percaya telah terbentuk, individu mulai membuka batas privasinya kepada sahabat sehingga tercipta hubungan yang lebih dekat. Proses ini berlangsung secara timbal balik, karena kedua belah pihak saling berbagi informasi pribadi dan memiliki tanggung jawab untuk menjaga kepercayaan yang telah diberikan.

Temuan ini didukung oleh penelitian Farhan & Annisa (2025) yang menyatakan bahwa komunikasi yang terbuka dan empatik dapat memperkuat hubungan persahabatan serta menciptakan kedekatan emosional yang lebih dalam. Ketika individu merasa diterima, dipahami, dan tidak

dihakimi, maka individu akan lebih berani melakukan keterbukaan diri kepada sahabatnya. Dengan demikian, hubungan emosional dan keterbukaan diri memiliki keterkaitan yang kuat dalam membangun hubungan persahabatan yang intim dan bermakna. Meskipun memiliki banyak manfaat, proses *Deeptalk* juga tidak terlepas dari berbagai hambatan dan resiko.

Hambatan yang ditemukan dalam penelitian ini meliputi faktor psikologis, seperti rasa takut dihakimi, tidak percaya diri, serta kekhawatiran terhadap respon negatif dari lawan bicara (Kalimah, 2022). Ketakutan tersebut muncul karena keterbukaan diri memiliki risiko sosial dan emosional, dimana individu khawatir cerita yang sampaikan tidak dipahami, dianggap berlebihan, atau justru menimbulkan penilaian negatif dari orang lain. Selain itu, terdapat juga hambatan situasional seperti keterbatasan waktu akibat kesibukan perkuliahan, organisasi, dan aktivitas sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga faktor eksternal dan konteks sosial.

Temuan ini didukung oleh Aulia et al., (2025) yang menyatakan bahwa proses keterbukaan diri dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, rasa aman, serta persepsi individu terhadap respon yang akan diberikan oleh lawan bicara. Adanya hambatan tersebut membuat individu lebih berhati-hati dalam menentukan kepada siapa mereka akan melakukan keterbukaan diri melalui praktik *deeptalk*. Oleh karena itu, Rasa percaya dan keyakinan bahwa lawan bicara mampu memberikan respon yang baik menjadi faktor penting sebelum individu memutuskan untuk membuka diri secara lebih mendalam. Dalam perspektif *Communication Privacy Management*, kondisi tersebut menunjukkan bahwa individu membentuk *privacy rules* sebelum melakukan *deeptalk*. Aturan tersebut digunakan untuk menilai apakah lawan bicara cukup dapat dipercaya untuk menerima informasi pribadi tanpa melanggar batas privasi yang telah ditetapkan.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *deeptalk* merupakan praktik komunikasi yang memuat proses keterbukaan diri. dalam praktik tersebut, mahasiswa perantau juga mengelola batas-batas informasi pribadi sebagaimana dijelaskan dalam Teori *Communication Privacy Management*. Sebelum mengungkapkan informasi pribadi, mahasiswa perantau mempertimbangkan tingkat kepercayaan, rasa aman, manfaat, serta risiko yang mungkin muncul setelah informasi tersebut dibagikan. Ketika batas privasi dihormati, *Deeptalk* mampu memperkuat kedekatan emosional dan hubungan persahabatan. Sebaliknya, apabila kepercayaan dilanggar, dapat terjadi *boundary turbulence* yang menurunkan rasa percaya dan memengaruhi kualitas hubungan interpersonal. Dengan demikian, *Deeptalk* dipahami sebagai proses komunikasi interpersonal yang melibatkan pengelolaan informasi pribadi, pembentukan kepercayaan, serta negosiasi batas privasi dalam hubungan persahabatan mahasiswa perantau.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa perantau memaknai *Deeptalk* sebagai bentuk komunikasi yang mendalam, personal, dan melibatkan emosional individu. *Deeptalk* menjadi ruang bagi individu untuk mengungkapkan perasaan, pengalaman, keresahan, serta masalah pribadi yang tidak dapat disampaikan kepada semua orang. *Deeptalk* memiliki makna penting karena membantu individu memperoleh dukungan emosional, rasa lega, serta perasaan dipahami dan didengarkan oleh sahabatnya. Dalam situasi tersebut, sahabat menjadi orang terdekat yang berperan sebagai tempat berbagi cerita dan support system selama menjalani kehidupan di perantauan. Selain itu, *Deeptalk* juga membantu individu membangun kedekatan emosional, rasa aman, rasa nyaman, dan saling percaya dalam hubungan persahabatan.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa proses keterbukaan diri dalam *Deeptalk* berlangsung secara bertahap dan tidak terjadi secara langsung. Individu cenderung memulai cerita ringan, kemudian ke pembahasan yang lebih personal setelah muncul rasa nyaman dan kepercayaan terhadap lawan bicara. Kedekatan emosional menjadi faktor utama yang mempengaruhi keberanian individu untuk terbuka. Namun, *Deeptalk* juga menghadapi berbagai hambatan, seperti rasa takut dihakimi, kekhawatiran terhadap respon negatif, serta keterbatasan situasi dan waktu. Oleh karena itu, individu menjadi lebih berhati-hati dalam menentukan kepada siapa mereka melakukan *Deeptalk*.

PERSANTUNAN

segala puji bagi Allah SWT atas segala nikmat, dan rahmat yang senantiasa menyertai penulis dalam setiap proses kehidupan, termasuk dalam penyelesaian penelitian ini. Berkat izin dan kemudahan yang diberikannya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini hingga tahap akhir. Karya sederhana ini penulis persembahkan sebagai bentuk rasa syukur dan terima kasih kepada kedua orang tua tercinta yang tidak pernah lelah memberikan doa, kasih sayang, pengorbanan, serta dukungan dalam berbagai bentuk. Setiap pencapaian yang diraih penulis tidak terlepas dari doa dan perjuangan yang telah mereka berikan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga, sahabat, dan teman-teman yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan ini. Kehadiran mereka memberikan banyak pelajaran, semangat, serta dukungan yang membantu penulis bertahan dan terus melangkah di tengah berbagai tantangan selama proses penyusunan skripsi.

Rasa hormat serta terima kasih yang mendalam penulis sampaikan kepada bapak Yudha Wirawanda, S.I.Kom., M.A. selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dengan penuh kesabaran, memberikan arahan, kritik, saran, dan ilmu yang sangat berharga sehingga penelitian ini

dapat terselesaikan dengan baik. Pada akhirnya, penulis menyadari bahwa perjalanan ini menyelesaikan penelitian ini bukanlah usaha yang dilakukan seorang diri. banyak tangan yang membantu, banyak doa yang mengiringi, dan banyak kebaikan yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Semoga Allah membalas segala kebaikan tersebut dengan pahala yang berlipat ganda. Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat, baik bagi pembaca maupun bagi pengembangan ilmu pengetahuan di masa yang akan datang.

Jazakumullahu Khairan Ktasiran.

Daftar Pustaka

- Aerila, J.-A., Kinossalo, M., Siipola, M., Laaksonen, P., Lamminen, A., & Valkonen, T. (2022). Deep Talk: A Dialogic Instruction Method for Enhancing the Sense of Belonging. *European Journal of Education and Pedagogy*, 3(6), 89–96. <https://doi.org/10.24018/ejedu.2022.3.6.490>
- Annabillah, F. A., & Boer, K. M. (2023). *Jurnal Indonesia : Manajemen Informatika dan Komunikasi Abstrak Jurnal Indonesia : Manajemen Informatika dan Komunikasi*. 4(3), 1550–1565.
- Aulia, F., Lubis, F. O., & Nayiroh, L. (2025). Keterbukaan Diri Mahasiswa FISIP Universitas Singaperbangsa Karawang dalam Hubungan Pertemanan. *EDU SOCIETY: JURNAL PENDIDIKAN, ILMU SOSIAL DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT*, 5(2), 356–364.
- Cangara, H., Bahfiarti, T., & Komunikasi, D. I. (2025). *Dinamika Pengungkapan Diri dalam Persahabatan Mahasiswa di Indekos: Analisis Berdasarkan Teori Penetrasi Sosial* 123. 6(2), 487–498.
- Divine Maloney, Reza Zamanifard, dan G. F. (2020). Anonymity vs . Familiarity : Self-Disclosure and Privacy in Social Virtual Reality. *Proceedings of the 26th ACM Symposium on Virtual Reality Software and Technology*.
- Fadilla, S., Setiaman, A., & El Karimah, K. (2023). Keterbukaan diri pengguna aplikasi kencan online Bumble dalam Mencari Pasangan. *Comdent: Communication Student Journal*, 1(1), 102–118.
- Farhan, A., & Annisa, F. (2025). Pola Komunikasi Interpersonal Dalam Membangun Hubungan Pertemanan Di Kalangan Mahasiswa Perantau Sumatera Selatan Di Yogyakarta. *Sanskara Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(03), 144–161. <https://doi.org/10.58812/sish.v2.i03>
- Fauzi, Arifiana, E. (2024). *Membangun Kepercayaan: Intimasi Pertemanan dan Self-disclosure pada Mahasiswa Baru*. 000(2), 51–59.
- Haq, K. (2018). *PENGARUH PELATIHAN KOMUNIKASI EFEKTIF TERHADAP KEMAMPUAN*

KOMUNIKASI. 6(1), 41–53.

Ho, A., Hancock, J., & Miner, A. S. (2018). *Psychological , Relational , and Emotional Effects of Self-Disclosure After Conversations With a Chatbot*. 68, 712–733.

<https://doi.org/10.1093/joc/jqy026>

Ilmi, L. F. M. (2023). Deep Talk sebagai Pola Komunikasi Efektif dalam Keluarga. *Gunung Djati Conference Series*, 19, 254–260.

Jailani, M. S., Pendidikan, P., Madrasah, G., & Ilmu, F. (2020). *MEMBANGUN KEPERCAYAAN DATA DALAM PENELITIAN KUALITATIF*. 4(2), 19–23.

Jarosch, K. (2016). *Bachelor thesis Is self-disclosure a mediator in the relationship between closeness and social safeness ? June*, 1–17.

Kalimah, S. (2022). *MENINGKATKAN KETERBUKAAN DIRI DALAM KOMUNIKASI TEMAN SEBAYA MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK*. 11(1).

Kemenkes. (n.d.). *No Title*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pentingnya-kesehatan-mental-bagi-remaja>

Kurniawan, E. P., & S, I. B. H. (2021). *Pengungkapan Diri di Situs Media Sosial Youtube*. 5(1), 42–51.

Lee, Y., Yamashita, N., Huang, Y., & Fu, W. (2020). *" I Hear You , I Feel You ": Encouraging Deep Self-disclosure through a Chatbot*. 1–12.

Oktaviani, R., Susilo, A. T., Maret, U. S., & Surakarta, K. (2020). *Hambatan Keterbukaan Diri dengan Teman Sebaya : Studi Kasus Dua Siswa SMK*. 4(2).

Petronio, S. (2002). *Boundaries of privacy: Dialectics of disclosure*. Suny Press.

Pratiwi, E. R. (2023). *Pemanfaatan Deep Talk Dalam Mempertahankan Hubungan Harmonis Pasangan Suami Istri (Studi Kualitatif di Kota Medan)*. 00(00), 9–16.

Putri, N. A., Adilla, T. A., Nasution, D. A. P., & Sabillah, A. P. (2023). Self Disclosure pada Mahasiswa dalam Melakukan Deep Talk Terhadap Pacarnya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 121–134.

Rahmawati, A., & Zahra, S. L. (2023). *The effect of self-disclosure on the quality of friendship in adolescent Army fandom Pengaruh self-disclosure terhadap kualitas pertemanan pada*. 18(7).

Sinaulan, N. L., Sengkey, M. M., Telaumbanua, Y. S., & Yohanis, I. (2025). *Makna Persahabatan Bagi Mahasiswa Rantau : Studi Kualitatif*. 3(4), 5668–5682.

Yusuf, K., Iqlima, I., & Hersjee, B. A. E. (2022). Love Languages Dalam Hubungan Persahabatan Remaja. *Konvergensi: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 3(1).

Zahirah Saviratus, & Wijayanti Nur Qoni'ah. (2024). Analisis Pentingnya Komunikasi Interpersonalantar Teman Di Dalam Perkuliahan Untukmengurangi Resiko Bunuh Diri Pada

Mahasiswa yang Diakibatkan Oleh Stres Yang Berlebihan. *Jurnal Media Akademik (Jma)*, 2(1), 146–157.

