



The Relationship Between Self-Disclosure and Loneliness Among Early Adults Who Play the Game Roblox

Yolanda Royen Olivia¹, Rinaldi²

^{1,2}Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia

Abstract : The development of online games as virtual social interaction spaces, such as Roblox, allows individuals to engage in self-disclosure; however, it does not necessarily fulfill emotional closeness needs and may lead to loneliness. This study aims to examine the relationship between self-disclosure and loneliness among early adults who play Roblox. This research employed a quantitative method with a correlational approach. The sample consisted of 153 respondents selected using a purposive sampling technique, all of whom were early adults who play Roblox. Data were collected using a self-disclosure scale modified based on DeVito's theory and a loneliness scale modified based on Russell's theory. Data analysis was conducted using Pearson correlation. The results of the descriptive analysis indicated that the levels of self-disclosure and loneliness among respondents were in the moderate category. The findings revealed a significant positive relationship between self-disclosure and loneliness, with a correlation coefficient of $r = 0.471$ and a significance value of $p = 0.001$ ($p < 0.05$). These findings suggest that self-disclosure in the context of online gaming is not always associated with lower levels of loneliness, as digital interactions may not optimally fulfill emotional closeness needs. Therefore, self-disclosure has a significant relationship with loneliness among early adults who play Roblox in this study.

Keywords : Self Disclosure; Loneliness; Roblox; Early Adults.

Hubungan *Self Disclosure* dengan *Loneliness* pada Dewasa Awal yang Bermain Game Roblox

Abstrak : Perkembangan game online sebagai ruang interaksi sosial virtual, seperti Roblox, memungkinkan individu melakukan *self-disclosure*, namun belum tentu mampu memenuhi kebutuhan kedekatan emosional sehingga berpotensi menimbulkan *loneliness*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-disclosure* dan *loneliness* pada individu dewasa awal yang bermain game Roblox. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Sampel penelitian berjumlah 153 responden dengan menggunakan Teknik *purposive sampling*, subjek merupakan dewasa awal yang bermain Roblox. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *self-disclosure* yang dimodifikasi berdasarkan teori DeVito dan skala *loneliness* yang dimodifikasi berdasarkan teori Russell. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat *self-disclosure* dan *loneliness* responden berada pada kategori sedang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-disclosure* dan *loneliness* dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,471$ dan nilai signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa pengungkapan diri dalam konteks permainan daring tidak selalu berkaitan dengan rendahnya kesepian karena interaksi digital belum tentu mampu memenuhi kebutuhan kedekatan emosional secara optimal. Dengan demikian, *self-disclosure* memiliki hubungan yang signifikan dengan *loneliness* pada dewasa awal yang bermain Roblox dalam penelitian ini

Kata kunci : *Self Disclosure*; *Loneliness*; Roblox; Dewasa Awal.

Article history

Received: 13 March 2026

Revised: 10 April 2026

Accepted: 14 April 2026



Corresponding Author: Rinaldi; naldipsi@fip.unp.ac.id

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi internet telah mengubah cara individu berinteraksi dan membangun hubungan sosial. Salah satu bentuk perkembangan tersebut adalah munculnya permainan daring (*online game*). Game online merupakan permainan berbasis elektronik yang dapat diakses melalui berbagai perangkat seperti komputer, konsol, maupun gawai, serta memungkinkan pemain untuk terhubung dengan pemain lain melalui jaringan internet. Berbeda dengan permainan konvensional, game online memungkinkan individu untuk berinteraksi dengan pemain lain dari berbagai lokasi sehingga membentuk lingkungan sosial virtual yang luas (Reza et al., 2016).

Salah satu platform game online yang saat ini banyak dimainkan adalah Roblox. Roblox merupakan platform permainan daring yang memungkinkan penggunanya untuk membuat, membagikan, serta memainkan permainan yang diciptakan oleh pengguna lainnya. Platform ini menyediakan berbagai fitur yang mendukung interaksi sosial antar pemain, seperti fasilitas percakapan langsung (*chat*), sistem pertemanan, serta kemampuan untuk membuat avatar dan menjelajahi berbagai dunia virtual yang dibuat oleh pengguna lain (Ramawan R. R, 2025). Berdasarkan laporan Roblox pada kuartal kedua tahun 2025, jumlah pengguna aktif harian platform ini mencapai 111,8 juta orang. Dari jumlah tersebut, sekitar 22% merupakan pengguna berusia di bawah 13 tahun dan 54% berada pada kelompok usia di atas 13 tahun. Data tersebut menunjukkan bahwa Roblox tidak hanya dimainkan oleh anak-anak, tetapi juga oleh remaja dan orang dewasa sehingga menjadi ruang interaksi sosial virtual lintas usia (Goodstats, 2025).

Selain berfungsi sebagai sarana hiburan, game online juga berperan sebagai ruang sosial yang memungkinkan terbentuknya komunitas virtual. Komunitas pemain Roblox dapat ditemukan pada berbagai platform media sosial seperti X dan Discord, baik dalam bentuk komunitas terbuka maupun komunitas tertutup seperti *clan*. Komunitas-komunitas tersebut memungkinkan individu untuk berinteraksi, bekerja sama, serta membangun relasi sosial dengan pemain lain yang memiliki minat yang sama.

Dalam beberapa kasus, individu menggunakan game online sebagai salah satu cara untuk mengatasi perasaan kesepian. Remaja maupun orang dewasa sering menjadikan aktivitas bermain game online sebagai sarana hiburan sekaligus sebagai cara untuk mengurangi perasaan kesepian (Sari & Hasanah, 2020). Lingkungan virtual dalam game online dapat menyediakan ruang bagi individu untuk memperoleh interaksi sosial dan kedekatan emosional yang mungkin tidak mereka peroleh dalam kehidupan nyata. Selain itu, game online juga dapat memenuhi berbagai kebutuhan psikologis individu serta membantu mengurangi stres sehingga mendorong terbentuknya keterikatan dengan lingkungan virtual (Gao et al., 2024).

Hubungan sosial yang terbentuk dalam game online bahkan dapat berfungsi sebagai pengganti kedekatan sosial yang tidak diperoleh individu dalam kehidupan sehari-hari. Individu sering memanfaatkan game online untuk memenuhi kebutuhan afiliasi melalui interaksi dengan pemain lain serta menghindari perasaan kesepian (Lebho et al., 2020). Dengan demikian, game online tidak hanya berperan sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai sarana pemenuhan kebutuhan sosial.

Loneliness merupakan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan yang muncul ketika individu merasa hubungan sosial yang dimilikinya tidak sesuai dengan harapan yang diinginkan (Amany L. R et al., 2024). Perasaan ini bersifat subjektif dan dapat muncul ketika individu merasa kurang memiliki kedekatan dengan orang lain sehingga menimbulkan emosi negatif serta berdampak pada kesehatan mental maupun fisik (Russell & Pang, 2016). *Loneliness* juga dapat muncul ketika individu merasa tidak ada orang yang benar-benar memahami dirinya, terutama ketika menghadapi

situasi sulit dalam kehidupan (Christina & Helsa, 2022). Dengan demikian, *loneliness* dapat dipahami sebagai indikator adanya kekurangan dalam kualitas hubungan sosial individu.

Fenomena *loneliness* juga cukup banyak dialami oleh kelompok dewasa awal. Hasil survei *Into The Light* Indonesia (2021) menunjukkan bahwa sekitar 79% individu berusia 18–34 tahun di Indonesia melaporkan pernah mengalami *loneliness*. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesepian merupakan salah satu masalah psikologis yang cukup signifikan pada kelompok usia tersebut. Individu yang mengalami *loneliness* sering kali mencari alternatif interaksi sosial melalui lingkungan digital, termasuk melalui media sosial maupun permainan daring.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa aktivitas bermain game online dapat menjadi salah satu cara bagi individu untuk mengatasi emosi negatif dan tekanan psikologis yang mereka alami. Game online dapat memberikan rasa kebersamaan (*sense of belonging*), komunitas, serta hubungan sosial secara virtual sehingga menarik bagi individu yang mengalami kesepian (Bhagat S, et al., 2019); Gao et al., 2024). Interaksi yang terjadi dalam lingkungan permainan tersebut memungkinkan individu untuk berkomunikasi dan menjalin hubungan sosial dengan pemain lain.

Salah satu cara yang dapat dilakukan individu untuk mengurangi perasaan *loneliness* adalah melalui *self-disclosure*, yaitu proses pengungkapan informasi pribadi kepada orang lain. *Self-disclosure* berperan penting dalam membangun hubungan interpersonal yang dekat dan bermakna karena melalui proses tersebut individu dapat berbagi pikiran, perasaan, serta pengalaman pribadinya kepada orang lain (DeVito, 2018). Individu yang memiliki tingkat *self-disclosure* yang lebih tinggi cenderung memiliki hubungan sosial yang lebih baik karena komunikasi yang terbuka dapat meningkatkan kedekatan emosional antar individu (Syaminingtias Z, et al., 2022).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara *self-disclosure* dan *loneliness*. Penelitian (Fauzi, M. R, et al., 2024) menemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-disclosure* dan *loneliness*, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-disclosure* individu maka semakin rendah tingkat *loneliness* yang dirasakan. Selain itu, penelitian Hood et al., (2018) menunjukkan bahwa *loneliness* dapat memengaruhi motif individu dalam menjalin hubungan sosial yang kemudian tercermin dalam perilaku *self-disclosure* di lingkungan digital.

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih banyak mengkaji hubungan antara *self-disclosure* dan *loneliness* dalam konteks game online secara umum. Penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan kedua variabel tersebut dalam konteks interaksi sosial di dalam game online, khususnya pada platform Roblox, masih relatif terbatas. Padahal, game online seperti Roblox menyediakan lingkungan sosial virtual yang memungkinkan individu untuk berinteraksi, membangun komunitas, serta melakukan *self-disclosure* selama proses bermain.

Berdasarkan kondisi tersebut, terdapat kesenjangan penelitian (*research gap*) terkait bagaimana hubungan antara *self-disclosure* dan *loneliness* pada individu dewasa awal yang bermain game online, khususnya pada platform Roblox. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika hubungan antara *self-disclosure* dan *loneliness* dalam konteks interaksi sosial di lingkungan permainan daring.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-disclosure* dan *loneliness* pada dewasa awal yang bermain game Roblox. Pendekatan kuantitatif digunakan karena penelitian ini berfokus pada pengukuran variabel secara objektif serta analisis data menggunakan teknik statistik. Desain korelasional dipilih untuk melihat sejauh mana hubungan antara variabel *self-disclosure* sebagai variabel independen (X) dan *loneliness* sebagai variabel dependen (Y).

Subjek dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal yang bermain game Roblox dengan rentang usia 18–25 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan peneliti. Kriteria yang

digunakan dalam penelitian ini yaitu individu yang merupakan pengguna aktif game Roblox serta berusia 18–25 tahun. Berdasarkan proses pengumpulan data yang dilakukan secara daring, jumlah responden yang diperoleh dalam penelitian ini sebanyak 153 orang yang terdiri dari 98 perempuan dan 55 laki-laki.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode survei dengan instrumen berupa skala psikologis berbentuk skala Likert. Variabel *loneliness* diukur menggunakan skala yang diadaptasi dari *UCLA Loneliness Scale* versi 3 yang dikembangkan oleh Russell dan diadaptasi oleh Aju, (2022). Skala ini memiliki 4 pilihan jawaban yaitu Tidak Pernah (TP), Kadang-kadang (K), Sering (S), Selalu (SL). Skala ini terdiri dari 20 item yang mengukur tiga aspek yaitu *personality*, *social desirability*, dan *depression*. Sementara itu, variabel *self-disclosure* diukur menggunakan skala yang dimodifikasi dari instrumen yang dikembangkan oleh Haliza & Kurniawan, (2021) dan memiliki 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Variabel ini terdiri dari aspek *amount*, *valence*, *accuracy/honesty*, *intention*, dan *intimacy*.

Sebelum digunakan dalam penelitian utama, instrumen penelitian terlebih dahulu melalui proses *judgment* oleh ahli untuk menilai kesesuaian isi alat ukur. Selanjutnya dilakukan uji coba instrumen untuk menguji validitas dan reliabilitas item. Hasil analisis menunjukkan bahwa koefisien validitas pada skala *self-disclosure* berkisar antara 0,386–0,829, dengan empat item yang dinyatakan gugur. Sementara itu, uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,928 pada skala *self-disclosure* dan 0,916 pada skala *loneliness*, sehingga kedua instrumen dinyatakan memiliki reliabilitas yang baik.

Prosedur penelitian dilakukan melalui beberapa tahap yaitu tahap persiapan, uji coba instrumen, dan pengambilan data. Pada tahap persiapan, peneliti menyusun dan menyesuaikan instrumen penelitian serta melakukan proses penilaian oleh ahli. Setelah instrumen dinyatakan layak, dilakukan uji coba untuk mengetahui kualitas item. Tahap selanjutnya adalah pengumpulan data utama yang dilakukan secara daring menggunakan *Google Form* pada tanggal 14–25 Februari 2026 kepada responden yang memenuhi kriteria penelitian.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS versi 27. Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas menggunakan metode *Kolmogorov–Smirnov* dan uji linearitas untuk memastikan hubungan linear antara variabel *self-disclosure* dan *loneliness*. Hipotesis penelitian diterima apabila nilai signifikansi korelasi kurang dari 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat *self-disclosure* dan *loneliness* pada dewasa awal yang bermain game Roblox serta untuk menguji hubungan antara kedua variabel tersebut.

Tabel 1. Kategorisasi Subjek berdasarkan Skor Variabel *Loneliness*

Score	Category	Frequency	%
$X < 35$	Sangat Rendah	32	20,9%
$35 < X \leq 45$	Rendah	51	33,3%
$45 < X \leq 55$	Sedang	65	42,5%
$55 < X \leq 65$	Tinggi	5	3,3%
$65 < X$	Sangat Tinggi	-	-
Total		153	100%

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat *loneliness* pada responden berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum responden dalam penelitian ini mengalami perasaan kesepian pada tingkat yang cukup, namun tidak berada pada tingkat yang tinggi.

Tabel 2. Kategorisasi Subjek berdasarkan Skor Variabel *Self Disclosure*

Score	Category	Frequency	%
$X < 26,25$	Sangat Rendah	19	12,4%
$26,25 < X \leq 33,75$	Rendah	40	26,1%
$33,75 < X \leq 41,25$	Sedang	40	26,1%
$41,25 < X \leq 48,75$	Tinggi	26	17,0%
$48,75 < X$	Sangat Tinggi	28	18,3%
Total		153	100%

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa tingkat *self-disclosure* pada responden berada pada kategori sedang dan rendah karena menunjukkan nilai yang sama, yaitu masing-masing sebesar 26,1%, hasil ini tetap mengindikasikan bahwa tingkat *self-disclosure* responden cenderung berada pada taraf rendah hingga sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar individu dalam penelitian ini belum sepenuhnya terbuka dalam mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain, namun juga tidak sepenuhnya tertutup.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Sebaran *Self Disclosure* dan *Loneliness*

Variabel	Asymp. Sig (2-tailed)	Keterangan
Self Disclosure	.288	Normal
Loneliness	.062	Normal

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data pada kedua variabel berdistribusi normal. Hal ini ditunjukkan oleh nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* pada skala *self disclosure* sebesar 0,288 dan pada skala *loneliness* sebesar 0,062, yang keduanya lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas Hubungan antara *Self Disclosure* dan *Loneliness*

Variabel	Sig. Linearity	Sig. Deviation	Keterangan
Self Disclosure*Loneliness	0.001	0.742	Linear

Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi *linearity* sebesar 0,001 ($< 0,05$) dan *deviation from linearity* sebesar 0,742 ($> 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linear.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis *Self Disclosure* dengan *Loneliness*

Variabel	Pearson	Sig. (2-Tailed)	N	Keterangan
Self Disclosure*Loneliness	0.471	0.001	153	Siginifikan

Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,471 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,001 pada 153 responden. Karena nilai $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-disclosure* dan *loneliness*. Nilai koefisien korelasi tersebut menunjukkan hubungan pada kategori sedang dengan arah positif, yang berarti semakin tinggi *self-disclosure*, maka semakin tinggi pula *loneliness*. Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-disclosure* dengan *loneliness* pada individu dewasa awal yang bermain game Roblox. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *self-disclosure* dan *loneliness* pada individu dewasa awal yang bermain game Roblox. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-disclosure* yang dimiliki individu, maka tingkat *loneliness* yang dirasakan juga

cenderung semakin tinggi. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini yang menyatakan adanya hubungan antara *self-disclosure* dan *loneliness* dapat diterima.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa variabel *self-disclosure* (X) dan *loneliness* (Y) pada responden sama-sama berada pada kategori sedang. Pada variabel *loneliness*, sebagian besar responden berada pada kategori sedang sebesar 42,5%, yang menunjukkan bahwa individu masih merasakan kesepian dalam tingkat tertentu, meskipun tidak dalam intensitas yang tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa responden masih memiliki kebutuhan akan hubungan sosial yang lebih bermakna dan mampu memberikan kedekatan emosional.

Sementara itu, pada variabel *self-disclosure*, distribusi responden menunjukkan kecenderungan berada pada kategori rendah dan sedang dengan persentase yang sama, yaitu masing-masing sebesar 26,1%. Kondisi ini menunjukkan bahwa individu dalam penelitian ini cenderung melakukan pengungkapan diri secara terbatas dan selektif. Responden tidak sepenuhnya tertutup, namun juga belum terbuka secara optimal dalam menyampaikan informasi pribadi kepada orang lain.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengungkapan diri yang dilakukan individu tidak selalu berkaitan dengan berkurangnya perasaan kesepian. Dalam beberapa kondisi, individu yang mengalami kesepian justru lebih terdorong untuk mengungkapkan pikiran maupun perasaannya kepada orang lain sebagai salah satu cara untuk menyalurkan emosi atau memperoleh dukungan sosial. Dengan kata lain, *self-disclosure* dapat berfungsi sebagai strategi yang digunakan individu untuk mengatasi perasaan kesepian yang dialami. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Zahra, et al., (2025) yang menemukan adanya hubungan positif antara *self-disclosure* dan *loneliness*. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa *self-disclosure* merupakan salah satu komponen penting dalam pembentukan hubungan sosial dan sering digunakan individu sebagai cara untuk mengurangi tekanan emosional akibat perasaan kesepian.

Apabila dilihat dari kecenderungan jawaban responden, pengungkapan diri yang dilakukan cenderung terjadi dalam bentuk berbagi pengalaman atau informasi tentang diri secara cukup sering dan relatif jujur. Hal ini menunjukkan bahwa ketika individu melakukan *self-disclosure*, informasi yang disampaikan umumnya menggambarkan kondisi diri yang sebenarnya. Namun demikian, pengungkapan diri tersebut tidak selalu dilakukan dengan kedalaman yang tinggi atau dengan tujuan yang benar-benar untuk membangun kedekatan emosional. Akibatnya, meskipun individu telah melakukan pengungkapan diri, hubungan interpersonal yang terbentuk belum tentu berkembang menjadi hubungan yang lebih intim atau mendalam.

Kondisi tersebut dapat menjelaskan mengapa hubungan positif antara *self-disclosure* dan *loneliness* dapat ditemukan dalam penelitian ini. Individu yang mengalami kesepian cenderung memiliki kebutuhan yang lebih besar untuk mengekspresikan perasaan dan memperoleh dukungan sosial dari orang lain. Oleh karena itu, mereka dapat terdorong untuk lebih sering melakukan pengungkapan diri sebagai upaya untuk mengurangi perasaan kesepian yang dialami. Namun apabila pengungkapan diri tersebut tidak diikuti dengan terbentuknya hubungan yang memberikan kedekatan emosional yang memadai, maka perasaan kesepian masih dapat tetap dirasakan oleh individu. Hal ini sejalan dengan pendapat Cacioppo, J. T dan Patrick, (2008) yang menyatakan bahwa *loneliness* lebih berkaitan dengan kualitas hubungan sosial yang dimiliki individu dibandingkan dengan jumlah interaksi sosial yang dilakukan.

Dalam konteks komunikasi daring, individu seringkali merasa lebih nyaman untuk melakukan pengungkapan diri karena adanya anonimitas serta berkurangnya tekanan sosial yang biasanya muncul dalam interaksi tatap muka. Walther B (1996) menjelaskan bahwa komunikasi melalui media digital memungkinkan individu untuk mengontrol informasi yang disampaikan serta memberikan waktu lebih bagi individu untuk menyusun pesan yang ingin diungkapkan. Kondisi tersebut dapat membuat individu merasa lebih aman dan nyaman dalam menyampaikan informasi pribadi kepada orang lain.

Hal ini juga didukung oleh penelitian Smith et al., (2021) yang menunjukkan bahwa lingkungan komunikasi online dapat mendorong individu untuk lebih terbuka dalam berbagi

informasi pribadi. Namun demikian, pengungkapan diri yang terjadi dalam komunikasi daring tidak selalu diikuti dengan terbentuknya hubungan interpersonal yang mendalam. Akibatnya, meskipun individu telah melakukan *self-disclosure*, kebutuhan akan kedekatan emosional belum tentu terpenuhi secara optimal sehingga perasaan kesepian masih dapat muncul.

Dalam konteks permainan daring seperti Roblox, interaksi sosial yang terjadi dalam permainan seringkali memberikan kesempatan bagi individu untuk berkomunikasi dan membangun relasi dengan pemain lain. Bagi individu yang mengalami kesepian, aktivitas bermain game dapat menjadi salah satu cara untuk memperoleh pengalaman sosial serta mengurangi perasaan terisolasi. Penelitian yang dilakukan oleh Bahren et al., (2024) menunjukkan bahwa loneliness dapat memengaruhi perilaku individu dalam komunitas game online. Individu yang merasa kesepian cenderung lebih aktif berpartisipasi dalam lingkungan permainan daring karena permainan tersebut dapat memberikan rasa kebersamaan dan kesempatan untuk melakukan interaksi sosial secara virtual.

Namun demikian, interaksi yang terjadi dalam permainan daring seringkali bersifat sementara dan tidak selalu berkembang menjadi hubungan interpersonal yang mendalam. Oleh karena itu, meskipun individu dapat melakukan komunikasi dan pengungkapan diri dalam lingkungan permainan, kebutuhan akan kedekatan emosional yang lebih mendalam belum tentu terpenuhi secara optimal. Kondisi inilah yang dapat menjelaskan mengapa *self-disclosure* dalam penelitian ini tetap berkaitan dengan munculnya perasaan loneliness pada individu dewasa awal yang bermain game Roblox.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-disclosure* dan *loneliness* pada individu dewasa awal yang bermain game Roblox. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-disclosure* yang dimiliki individu, maka tingkat *loneliness* yang dirasakan juga cenderung semakin tinggi. Secara deskriptif, tingkat *self-disclosure* dan *loneliness* responden berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa responden masih merasakan kesepian namun tidak dalam tingkat yang tinggi serta tidak sepenuhnya terbuka dalam mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain. Temuan ini menunjukkan bahwa pengungkapan diri dalam lingkungan digital, seperti dalam game online, belum tentu mampu memenuhi kebutuhan kedekatan emosional secara optimal. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi hubungan antara *self-disclosure* dan *loneliness*, seperti kualitas hubungan interpersonal, dukungan sosial, atau intensitas penggunaan media digital, sehingga pemahaman mengenai dinamika interaksi sosial dalam lingkungan daring dapat menjadi lebih komprehensif.

REFERENSI

- Adifa Zahra, R. Y. P. (2025). Relationship between self-disclosure and loneliness among high school students who use the social media platform Instagram in Batusangkar. 3(2), 123–131. <https://doi.org/10.61397/jkpp.v3i2.444>
- Amany L. R, Muti'ah T, B. S. (2024). Kebutuhan Afiliasi dengan Loneliness Pengguna Aplikasi Dating Online pada Mahasiswa Mercu Buana Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 3(3), 1–8.
- Aju, H. S. (2022). Hubungan Antara Loneliness dengan Interaksi Parasosial pada Penggemar Idol Korea di Kota Pariaman. *Socio Humanus*, 4(1), 87-95.
- Bhagat S, Jeong E. J, K. D. J. (2019). The role of individuals' need for online social interactions and interpersonal incompetence in digital game addiction. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 449–463. <https://doi.org/10.1080/10447318.2019.1654696>
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. WW Norton & Company.
- Christina, M., & Helsa. (n.d.). Hubungan antara mattering to peers dengan kesepian pada dewasa

- awal. *The Relationship Between Mattering to Peers and Loneliness in Early Adulthood*. 15(1), 34–46. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>
- DeVito, J. A. (2018). *Komunikasi antarmanusia*. Karisma Publishing Group.
- Fauzi, M. R., & Budiyani, K. (2024). Hubungan antara Self Disclosure dengan Kesepian pada Dewasa Awal. *Peran Psikologi dalam Pemberdayaan Masyarakat untuk Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat Indonesia*, 569-575.
- Gao, B., Cai, Y., Zhao, C., Qian, Y., Zheng, R., & Liu, C. (2024). Longitudinal associations between loneliness and online game addiction among undergraduates: A moderated mediation model. *Acta Psychologica*, 243, 104134. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104134>
- Goodstats. (2025). aplikasi kencan populer di kalangan milenial.
- Haliza, N., & Kurniawan, A. (2021). Hubungan antara keterbukaan diri dengan kesepian pada dewasa awal pengguna aplikasi dating online. *Nursing Analysis: Journal of Nursing Research*, 1(1).
- Hood, M., Creed, P. A., & Mills, B. J. (2018). Loneliness and online friendships in emerging adults. *Personality and Individual Differences*, 133(2018), 96–102. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.03.045>
- Into the Light Indonesia. (2021). Laporan Perilaku Penggunaan Layanan Kesehatan Mental di Indonesia.
- Lebho, M. A., Dinah, M., Lerik, C., Pasifikus, R., Wijaya, C., & Littik, S. K. A. (2020). Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja. In *Journal of Health and Behavioral Science* (Vol. 2, Issue 2). <https://doi.org/10.35508/jhbs.v2i3.2232>
- Ramawan R. R, M. Z. (2025). Analisis Kejahatan Siber (Cyber Child Grooming) pada Game Online Roblox. *Journal of Social Science Research*.
- Reza, M., Adnyana, I. S., Windiani, I. G. A. T., & -, S. (2016). Masalah Adiksi Game Online pada Anak. *Cermin Dunia Kedokteran*, 43(4), 262–265. <https://doi.org/10.55175/cdk.v43i4.44>
- Russell, D. W., & Pang, Y. C. (2016). Loneliness. In *Encyclopedia of Personality and Individual Differences* (pp. 1–3). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1085-1
- Sari, G. A. P., & Hasanah, U. (2020). Hubungan antara Loneliness dan Kecanduan Game Online pada Mahasiswa IAIT Kediri. *Indonesian Journal of Islamic Education Studies (IJIES)*, 3(1), 1–15. <https://doi.org/10.33367/ijies.v3i1.1107>
- Sindi Zhafirah Shabrina Bahren, H. R. (2024). The Influence of Loneliness and Self-Control on Online Game Addiction. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 13(2), 85–93. <https://doi.org/10.21009/jppp.132.02>
- Smith, D., Leonis, T., & Anandavalli, S. (2021). Belonging and loneliness in cyberspace: impacts of social media on adolescents' well-being. *Australian Journal of Psychology*, 73(1), 12–23. <https://doi.org/10.1080/00049530.2021.1898914>
- Syamingintias, Z. R., & Ernawati, E. (2022). *Keterbukaan diri (self disclosure) pada remaja dengan teman online* (Doctoral dissertation, UIN Surakarta).
- Walther B., J. (1996). Computer-Mediated Communication: Impersonal, Interpersonal, and Hyperpersonal Interaction. <https://doi.org/10.1177/009365096023001001>