

PEMUNCULAN *SELF DISCLOSURE* DALAM RELASI FRIEND WITH BENEFIT (Studi Fenomenologi Perempuan Muda Surabaya)

Sekar Widya Ramadhani

Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosisla dan Hukum

Universitas Negeri Surabaya

sekar.19062@mhhs.unesa.ac.id

Puspita Sari Sukardani

Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum

Universitas Negeri Surabaya

puspitasukardani@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses keterbukaan diri perempuan muda Surabaya pelaku relasi *Friend With Benefit* (FWB) berdasarkan teori *self disclosure* Joseph DeVito yang dikaitkan dengan teori penetrasi sosial. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode fenomenologi. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik wawancara, dan dokumentasi. Hasil yang didapat pada penelitian ini ialah faktor latar belakang pertemuan informan dengan partner FWB-nya dan juga tujuannya menjalin relasi FWB mempengaruhi tingkat keterbukaan diri informan. Hal ini menyebabkan adanya fase – fase yang tercipta pada proses *self disclosure* yang mana berarti sesuai dengan teori penetrasi sosial. Dalam teori penetrasi sosial terdapat tahapan yang menentukan kedalaman *self disclosure* yang dilakukan, hal ini juga didapati pada informan peneliti, para informan memiliki fase beragam akan proses *self disclosure* yang dilakukannya. Topik yang diungkapkan sebagai *self disclosure* kepada partner FWB-nya meliputi aspek latar belakang, kesehatan, kebersihan, tujuan masing – masing, perasaan, keinginan, fantasi seksual dan privasi. Dalam relasi yang lebih intim, *self disclosure* sudah meliputi hal – hal yang lebih kompleks seperti eksplorasi seksual, mampu merasakan kenyamanan, dapat lebih memahami dan membangun kepercayaan satu sama lain.

Kata Kunci: Pengungkapan diri, Friend With Benefit, Perempuan

Abstract

The research aims to find out how the self-disclosure process of young Surabaya women who are involved in Friend With Benefit (FWB) relationships is based on Joseph DeVito's self-disclosure theory which is associated with social penetration theory. This research is a qualitative research with phenomenological methods. Data collection techniques in this study used interview techniques and documentation. The results obtained in this study are the background factors of informants' meetings with their FWB partners and also the purpose of establishing FWB relationships affect the level of self-disclosure of informants. This causes phases to be created in the process of self-disclosure which means according to the theory of social penetration. In the theory of social penetration, there are stages that determine the depth of self-disclosure that is carried out, this is also found in research informants, informants have various phases of the self-disclosure process that they do. Topics disclosed as self-disclosure to their FWB partners include aspects of background, health, hygiene, individual goals, feelings, desires, sexual fantasies and privacy. In more intimate relationships, self-disclosure already includes more complex matters such as sexual exploration, being able to feel comfortable, being able to better understand and build trust in one another

Keyword: Self Disclosure, Friend With Benefir, Woman

PENDAHULUAN

Hubungan personal antara laki – laki dan perempuan seringkali dikemas dalam kerangka hubungan romantis dan seakan akan sudah menjadi gaya hidup kawula muda. Menurut (Smith, 2001; Sawyer & Wahlstrom, 2006) hubungan romantis mengacu pada hubungan berdasarkan ketertarikan emosional untuk membangun hubungan dengan tujuan menjalin hubungan jangka panjang. Sedangkan “relationship” mengacu pada keintiman atau perasaan berada dalam hubungan yang erat dengan perasaan memiliki satu sama lain, baik secara fisik maupun mental (Muniruzzaman, 2017). Meski begitu, (Giddens, 1992) mengatakan seiring berubahnya tatanan sosial masyarakat sistem hubungan romantis kini secara bertahap mulai mengalami perubahan. Sekarang ini kawula muda mulai membentuk hubungan yang menyesuaikan kebutuhannya, hingga berimbas pada munculnya sistem hubungan baru yang lebih beragam, dan batas dalam hubungan itu tumbuh menjadi lebih ambigu dan sulit ukur (Usrra *et al*, 2007). Contoh fenomena hubungan yang saat ini sedang marak adalah *Friend With Benefit* (FWB).

Putri, (2015) menjelaskan *Friend With Benefit* (FWB) ialah fenomena interaksi pertemanan yang dilakukan antara pria dan wanita yang saling mengenal namun tidak terikat komitmen layaknya hubungan romantis. Romantisme yang terjadi tanpa emosi atau status dialami. Hal ini disebabkan kurangnya keinginan dan kepercayaan antara keduanya untuk memiliki hubungan yang kuat (Azizah, 2019). Hubungan FWB yaitu hubungan dari orang – orang yang terlibat secara seksual namun tidak terlibat secara emosional. (Mongeau, Ramirez, & Vorell, 2003) mengatakan hubungan FWB merupakan hubungan pertemanan dimana pihak – pihaknya terlibat dalam aktivitas seksual.

FWB pada dasarnya bukanlah bentuk seksualitas baru dalam masyarakat urban. Pasti sering mendengar nama atau kata yang berhubungan dengan kumpul kebo, *One Night Stand*, Seks Pranikah dan masih banyak kata lainnya yang muncul. FWB dapat dilihat sebagai variasi dari 'kumpul kebo', variasi utama didasarkan pada nama dan tujuan yang lebih barat (Ratnasari, 2021). Sedangkan menurut Giorgi (2013) dan Azizah (2020), mereka yang mengaku menjalin hubungan FWB memiliki lima tujuan, yaitu: Pertama, iklan seks. Kedua, keinginan untuk mendirikan FWB. Ketiga, hindari hubungan serius. Keempat, berteman. Kelima, keinginan untuk menjalin hubungan yang sederhana. Berdasarkan hasil penelitian ini, kami melihat variabel-variabel yang membuat hubungan “kumpul kebo” berbeda dengan hubungan FWB.

Melihat dari sejarah, hubungan FWB mulai

disorot media populer dan menjadi perbincangan setelah munculnya film “*Friend With Benefit*” yang diproduksi Amerika tahun 2011. Belum ditemukan sumber yang mengatakan bagaimana awal mula istilah FWB diadopsi oleh kawula muda Indonesia namun istilah itu kini ramai diperbincangkan pada berbagai media khususnya media sosial. Hal ini dapat dilihat dari munculnya beragam akun media sosial yang menggunakan nama FWB, salah satunya ditemukan pada media Twitter yakni akun base (sebutan untuk kelompok, komunitas, atau basis yang ada di Twitter) bernama @FWBESS yang memiliki pengikut hingga 279 ribu dan akun Instragram dengan nama @overheardfwb_ yang memiliki pengikut sejumlah 30,1 ribu.

Fenomena FWB sudah secara gamblang dibahas adalah di Jakarta, meski belum ada penelitian yang menyatakan bahwa di Jakarta fenomena FWB sudah dianggap terbuka namun dapat dilihat pada adanya konten – konten media sosial yang bertempat di Jakarta dimana menceritakan bagaimana pengalaman FWB dari individu tersebut. Misalnya pada sesi konten “kamis gerimis” yang ada pada Podcast @overheardfwb_ dimana disitu membahas mengenai bagaimana pengalaman narasumber yang menjalani relasi FWB dan kebanyakan dari narasumber tersebut adalah perempuan. Berdasarkan wawancara pra-penelitian yang penulis lakukan dengan founder Overheardfwb, individu yang menjadi narasumber dalam konten – konten podcast @overheardfwb ialah mereka yang memang sudah diterima oleh lingkungannya akan hal tersebut sehingga mereka berani untuk berbicara dan juga mereka mempunyai pesan untuk disampaikan sebagai bentuk edukasi bagi individu lainnya. Dapat juga dilihat pada konten Youtube Jakarta Uncensored, salah satu kontennya yang berkolaborasi dengan Sharel. Dalam konten tersebut juga membicarakan bagaimana pengalaman seks yang mereka jalani.

Fenomena FWB juga turut menyebar di Kota Surabaya, memang belum ada data pasti mengenai berapa banyak warga Surabaya yang menjalin hubungan FWB namun temuan data seperti adanya akun base Twitter @FWBSBY yang dalam kurun waktu tiga bulan pembuatan sudah mencapai 7,5 ribu pengikut, dan juga penelitian terdahulu seperti “Interaksi Pertemanan *Friend With Benefit* (FWB) pada Pengguna Aplikasi Tinder di Kota Surabaya” oleh Nurul Azizah (2019). Hal ini juga membuktikan adanya praktik fenomena FWB di Surabaya. Praktik yang serupa dengan praktik FWB seperti seks bebas dan *One Night Stand* telah dikaji secara ilmiah, tertulis dalam Yati Punama, (2020) yang menyatakan bahwa hasil penelitian di Indonesia pada tahun 2005 melaporkan bahwa remaja yang secara terbuka menyatakan telah melakukan seks pra nikah atau

seks bebas di Surabaya sebesar 47%. Kementerian Kesehatan pada 2009 pernah merilis perilaku seks bebas remaja dari hasil penelitian di empat kota: Jakarta Pusat, Medan, Bandung, dan Surabaya. Hasilnya, sebanyak 35,9 persen remaja punya teman yang sudah pernah melakukan hubungan seksual sebelum menikah. Selain temuan diatas, belum ditemukan lagi bukti yang dapat memberikan data bahwa hubungan FWB di Surabaya sudah terbuka layaknya di Jakarta. Namun data tersebut memperkuat penulis untuk menjadikan perempuan muda Surabaya sebagai bagian dari penelitian ini. Adanya base FWB Surabaya hanya berisi postingan – postingan untuk mencari partner FWB bukan untuk menceritakan bagaimana pengalaman FWB yang dijalani layaknya pada konten podcast @overheardfwb_ ataupun Youtube Jakarta Uncensored.

Berdasarkan riset diatas, bentuk – bentuk seks bebas bukan lagi hal asing bagi kawula muda termasuk di Surabaya. Meski pergaulan bebas sudah tidak asing lagi, namun praktik ini bertentangan dengan nilai-nilai agama dan budaya masyarakat Indonesia. Salila, (2010) menjelaskan bahwa dalam masyarakat Indonesia yang menganut nilai-nilai budaya Timur, sistem dan perilaku seksual atau nilai-nilai yang berkaitan dengan seks ditetapkan dengan cara yang benar (seperti menurut peraturan). Relasi gender yang normatif sesuai dengan norma-norma yang diatur dan diatur (dikontrol oleh pemerintah) dalam kehidupan bermasyarakat. Hal ini dianggap sebagai aturan yang harus diperhatikan dalam proses dan cara kehidupan seksual di masyarakat (Burgin, 2003).

Segala sesuatu yang melanggar norma tersebut tentu akan dipandang tidak baik. Sama halnya dengan perempuan yang melakukan hubungan FWB atau seks bebas. Mengingat perempuan yang kental dengan stigma – stigmanya negatifnya baik atas tindakan yang ia lakukan maupun atas tindakan yang tidak ia lakukan. Dalam jurnalperempuan.org menjelaskan bahwa perempuan korban kekerasan seksual atau korban hamil diluar nikah sering kali di cap sebagai perempuan kotor, perempuan hina dan perempuan nakal. Namun dibalik stigma tersebut, perempuan memiliki keterbukaan diri yang lebih muda dibandingkan dengan laki – laki. Salah satu faktor keterbukaan diri adalah jenis kelamin, dimana perempuan cenderung lebih mudah melakukan pengungkapan diri (DeVito, 2013). Keterbukaan diri cenderung dimiliki oleh wanita daripada pria. Wanita lebih senang lekas membagikan informasi tentang dirinya ataupun orang lain. Sebaliknya, pria lebih senang diam atau memendam sendiri permasalahannya daripada membeberkan kepada orang lain (DeVito, 2005)

Pengungkapan diri dapat didefinisikan sebagai praktik yang mengarah pada pengungkapan

ketika individu berkomunikasi dengan orang lain tentang situasi yang terjadi pada waktu tertentu dan memberikan informasi positif melalui dan ide-ide yang penting di masa lalu sehingga dapat menjelaskan reaksi yang kita ungkapkan di masa lalu. hadiah (Maulana Rezi, 2018). DeVito (1997) juga mengungkapkan bahwa terdapat lima dimensi dalam keterbukaan diri, yaitu kuantitas, derajat keterbukaan diri, kejujuran, niat, dan keakraban atau keintiman.

Pengungkapan diri memiliki tingkatan – tingkatan tertentu yang dapat tersermin dalam teori penetrasi sosial. Untuk dapat membuka level ini, harus ada komunikasi dan upaya yang efektif, untuk membuat orang tersebut terbuka dan nyaman berbagi tentang diri mereka dengan individu lain. Hal ini dilakukan dengan teori penetrasi sosial atau yang disebut dengan teori kulit bawang. Kulit bawang mirip dengan kulit manusia. Semakin dekat hubungan seseorang, semakin banyak yang mereka ketahui tentang status orang tersebut. Konsep resiprositas juga terkait dengan konsep ini karena menunjukkan bahwa ketika seseorang membuka sebagian dirinya kepada orang lain, maka orang tersebut akan mengikuti dan melakukan hal yang sama. Ini penting dalam proses mengembangkan hubungan. Tentunya sebelum mencapai tahap keterbukaan diri, seseorang sebelum menjalin hubungan FWB akan melalui tahap pendekatan terlebih dahulu yang menimbulkan adanya komunikasi interpersonal antar keduanya.

Komunikasi interpersonal mengandung informasi dalam berbagai bentuk, termasuk informasi verbal dan non-verbal, serta informasi emosional dan percakapan (DeVito, 2013). Dalam bukunya, DeVito (2013) menjelaskan bahwa saat berkomunikasi, pertukaran informasi dapat mencakup perasaan dan emosi saat komunikator sedang bercakap-cakap. Dengan terciptanya percakapan tersebut kemudian memungkinkan munculnya pengungkapan diri dari partisipan komunikasi.

Dari hal diatas, oleh sebab itu penulis ingin mengetahui lebih dalam bagaimana proses keterbukaan diri perempuan yang menjalani hubungan FWB di Surabaya.

METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode fenomenologi. Menurut Moleong (2011), penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena yang diperoleh dengan meneliti topik-topik seperti perilaku, pemahaman, motivasi, perilaku dan lain-lain secara holistik dan melalui penjelasan dalam bentuk kata-kata dan bahasa, dalam konteks, alami dan menggunakan metode alami yang berbeda.

Metode fenomemenologi adalah Alfred Schutz: 2005 menjelaskan studi fenomenologi merupakan metode yang digunakan untuk menangkap atau mengambil data di berbagai fenomena sosial secara lebih sistematis, komprehensif serta partikis. Hal ini dikarenakan studi fenomenologi mempunyai sifat yang memungkinkan untuk menggunakan berbagai jenis data, misalnya wawancara mendalam, observasi partisipan, dokumentasi, kuisioner, rekaman, serta bukti fisik lainnya dimana hal tersebut sesuai untuk menggambarkan bagaimana alter ego dapat membentuk individu untuk menjalin hubungan *Friend With Benefit* (FWB).

Studi fenomenologi menjelaskan sifat fenomena sehingga dapat memberikan gambaran mengenai bagaimana proses keterbukaan diri seorang perempuan yang menjalani hubungan FWB. Studi fenomenologi berfokus pada bagaimana individu mengalami fenomena FWB, yang berarti individu tersebut benar – benar menjalin hubungan FWB dan menjalaninya secara sadar. Kajian fenomenologi juga diartikan sebagai teori pemikiran yang menekankan pada pengalaman pribadi seseorang dan narasi serta interpretasi atau implementasi di dunia (Meleong, 2007).

Adanya studi fenomenologi juga dapat membantu dalam menggambarkan secara mendalam dan lebih rinci tentang fenomena FWB yang dialami oleh perempuan muda Surabaya sehingga masalah yang diteliti akan menemukan hasil yang diinginkan. Melalui studi fenomenologi dapat memungkinkan untuk mengungkapkan bagaimana proses keterbukaan diri seorang perempuan yang menjalin hubungan FWB ditengah stigma negatifnya begitu kental namun perempuan juga memiliki faktor keterbukaan diri yang lebih mudah.

Disini peneliti melakukan penelitian dengan terjun langsung ke lapangan, mendeskripsikan dan mengkonstruksi realitas yang ada serta melakukan pendekatan terhadap sumber informasi, sehingga diharapkan data yang didapatkan akan lebih maksimal.

Data primer diambil melalui wawancara mendalam bersama narasumber yakni perempuan muda Surabaya yang menjalani hubungan *Friend With Benefit* (FWB) dengan rentang usia 25 – 34 tahun dengan berbagai latar belakang pendidikan dan pekerjaan dan durasi paling singkat menjalni hubungan FWB adalah minimal 3 bulan, hal ini diharapkan peneliti bisa mendapatkan jawaban dari berbagai sperspektif. Bappenas.go.id menyatakan bahwa rentang usia muda adalah mulai usia 25 – 34.

Untuk menguji keabsahan data, peneliti melakukan validasi data dengan menggunakan metode triangulasi data. Metode ini bertujuan untuk

memverifikasi keabsahan data yang berguna untuk keperluan perbandingan atau verifikasi data (Moleong, 2014).

Data yang diperoleh akan diolah menggunakan teori komunikasi *self disclosure* (pengungkapan diri) Joshep A. DeVito yang dikaitkan dengan teori penetrasi sosial. Penelitian ini menggunakan metode analisis data Miles dan Huberman. Secara garis besar Miles dan Huberman membagi penelitian kualitatif menjadi tiga bagian, yaitu reduksi atau modifikasi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Afrizal, 2015). Proses analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengorganisasian dan penyiapan data untuk dianalisis, langkah ini meliputi transkrip wawancara, analisis data lapangan pengumpulan data. Kemudian, baca semua data untuk membangun informasi yang diterima dan pikirkan maknanya secara keseluruhan. Menganalisis secara efektif melalui pengolahan data. Dan yang terakhir menggambarkan data yang disajikan sebagai laporan penelitian kualitatif (Creswell, 2012).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1) Identitas Informan dan Latar Belakang Relasi FWB-nya

Dalam penelitian ini, informan dipilih dengan teknik purposive sampling dan teknik *snowball sampling* berdasar pada kriteria yang sudah penulis tentukan dengan tujuan dapat menemukan informan lain yang jangkauannya jauh dari peneliti. Kriteria yang dibatasi peneliti ialah informan harus perempuan yang berdomisili di Surabaya dengan rentang usia 18 – 34 tahun, pernah atau sedang menjalin hubungan FWB minimal 3 bulan.

Nama Inisial	Keterangan
Informan I	Domisili Surabaya, 23 tahun, seorang mahasiswa, Sedang menjalin selama 6 bulan, relasi FWB ke-2. Relasi FWB-nya dengan partner sekarang berawal dari pertemanan Twitter dan sudah beberapa kali bertemu dan setelah hingga pada akhirnya masing – masing sepakat untuk menjalin hubungan FWB.
Informan K	Domisili Surabaya, 26 tahun, dengan latar belakang pendidikan SMA, saat ini bekerja sebagai karyawan swasta. Pernah 2x menjalin relasi FWB, yang terakhir selama 7 bulan. Awal mula ia menjalin hubungan FWB

	adalah karena putus cinta setelah 6 tahun berpacaran, berangkat dari iseng – iseng untuk mendistraksi pikirannya, ngobrol dan interaksi layaknya teman hingga akhirnya keduanya memutuskan untuk menjalin relasi FWB.
Informan F	Domisili Surabaya, 21 Tahun, seorang mahasiswa. Pernah menjalin relasi FWB pertama kalinya selama 4 bulan. Menjalinkan relasi FWB dengan mantan kekasihnya, sebab menurutnya selama menjalin hubungan romantis, hubungannya dengan sang kekasih tidak sehat, sehingga ia dan kekasihnya memutuskan untuk putus dan menjalin relasi FWB.
Informan T	Domisili Surabaya, 30 Tahun, seorang dosen. Untuk pertama kalinya pernah menjalin relasi selama 1,5 tahun. Berawal dari iseng mencari teman ngobrol via akun alter Instagram.
Informan A	Domisili Surabaya, 33 Tahun, memiliki latar belakang pendidikan S2, saat ini bekerja sebagai staff perusahaan. Sedang menjalin relasi FWB selama 1 tahun. Kali keduanya menjalin relasi FWB. Relasi FWB-nya bermula ketika informan A harus menjalani Long Distance Marriage dengan suaminya, ia merasa membutuhkan bantuan untuk menyalurkan hasratnya. Partner FWB-nya merupakan teman lamanya sedari SMA dan satu tongkrongan sehingga tidak membutuhkan waktu yang lama bagi informan A untuk melakukan pendekatan hingga menjalin relasi FWB.

2) Latar Belakang Perempuan Muda Surabaya Menjalinkan Relasi FWB

Dalam menjalin relasi FWB, setiap pelakunya memiliki alasan dan latar belakang masing – masing, alasan yang paling dominan yaitu:

a. Menuntaskan Hasrat Biologis

Fenomena Friends with Benefits (FWB) menjadi lebih menonjol dalam masyarakat modern, terutama karena pengaruh media sosial

yang memfasilitasi hubungan tanpa harus bertemu secara fisik. FWB merupakan bentuk hubungan intim alternatif yang didasarkan pada keinginan bersama untuk memuaskan hasrat biologis tanpa keterikatan emosional yang mendalam. Sementara itu, Long Distance Relationship (Hubungan Jarak Jauh) menawarkan tantangan baru bagi pasangan yang terpisah secara geografis dan waktu. Jarak yang jauh dapat menyebabkan rasa kesepian dan kebutuhan untuk memenuhi keintiman fisik yang mungkin sulit diatasi. Dalam beberapa kasus, pasangan LDR memilih menjalin hubungan FWB untuk memuaskan kebutuhan seksual tanpa terikat oleh komitmen yang lebih serius dalam hubungan.

Hasil wawancara dengan informan menunjukkan bahwa beberapa alasan utama menjalin hubungan Friends with Benefits (FWB) adalah untuk memuaskan hasrat biologis, terlepas dari apakah mereka sudah memiliki pasangan dalam hubungan konvensional atau tidak. Hubungan FWB dapat dimulai dari teman lama atau melalui pertemanan media sosial. Kesibukan dan hubungan jarak jauh menjadi faktor utama bagi mereka yang memilih FWB sebagai alternatif.

Faktor-faktor seperti karier, pendidikan, atau keterbatasan waktu bisa menghambat kemampuan seseorang untuk berkomitmen dalam hubungan yang mengikat, sehingga FWB menjadi pilihan untuk memenuhi kebutuhan biologis tanpa terikat dalam hubungan romantis konvensional. FWB adalah bentuk hubungan yang lebih santai, dengan fokus pada keintiman fisik tanpa ikatan emosional atau ekspektasi yang sama seperti dalam hubungan romantis tradisional. Perkembangan teknologi komunikasi, seperti layanan pesan instan dan media sosial, memfasilitasi hubungan FWB dalam Long Distance Relationship (Hubungan Jarak Jauh) dengan memungkinkan keintiman emosional tetap terjaga, sementara FWB memenuhi kebutuhan keintiman fisik yang mungkin kurang terpenuhi karena jarak. Meskipun FWB dapat memberikan solusi sementara, penting bagi pasangan LDR untuk berkomunikasi terbuka dan jujur tentang ekspektasi dan perasaan masing-masing untuk menghindari konflik dan ketidakcocokan yang mungkin timbul.

b. Berdistraksi dari Hubungan Lama

Dalam kaitannya dengan aspek psikologis, individu yang terlibat dalam hubungan FWB mungkin merasa kurang puas atau terjebak dalam hubungan lama yang sudah berlangsung lama.

Ketidakpuasan ini bisa berakar dari berbagai faktor, termasuk hilangnya keintiman emosional, komunikasi yang buruk, atau konflik yang berulang. FWB bisa menjadi cara bagi individu untuk mencari pelarian atau pengalihan dari masalah-masalah tersebut. Aspek sosial juga memainkan peran penting dalam fenomena FWB.

Norma sosial dan persepsi tentang hubungan ini dapat mempengaruhi keputusan individu untuk mencoba FWB sebagai cara untuk berdistraksi dari hubungan lama. Individu lain yang telah mencoba atau terlibat dalam FWB juga dapat memberikan pengaruh dan dorongan bagi individu untuk mengambil langkah serupa. Dalam lingkup ilmiah, FWB sering kali dipandang sebagai cara alternatif bagi individu yang ingin berdistraksi dari hubungan lama yang kompleks.

Beberapa faktor yang mendorong individu untuk mencoba FWB sebagai cara untuk berdistraksi dari hubungan lama yang tidak memuaskan. Salah satu faktor utama adalah ketidakpuasan dalam hubungan lama itu sendiri. Ketika seseorang merasa hubungannya kurang memuaskan atau mengalami perubahan dinamika emosional yang tidak diinginkan, FWB mungkin dianggap sebagai jalan keluar yang menarik. FWB menawarkan kesempatan untuk merasakan keintiman fisik tanpa harus terlibat dalam kompleksitas emosi dan komitmen hubungan jangka panjang.

Namun, meskipun FWB dapat memberikan pengalihan sejenak dari hubungan lama yang kurang memuaskan, penting untuk diingat bahwa hubungan semacam ini juga membawa risiko dan konsekuensi tersendiri.

3) Proses Pengungkapan Diri yang Dilakukan Oleh Perempuan Muda Surabaya

Proses pengungkapan diri dalam relasi Friend with Benefits (FWB) dapat menjadi tahapan yang menarik dan rumit bagi individu yang terlibat dalam hubungan semacam ini. FWB adalah bentuk hubungan non-komitmen yang melibatkan interaksi fisik tanpa terikat oleh komitmen emosional atau komitmen jangka panjang. Pengungkapan diri dalam FWB adalah proses di mana individu berbagi informasi pribadi, perasaan, atau harapan yang terkait dengan hubungan mereka. Proses ini melibatkan ketulusan, keterbukaan, dan kesadaran akan risiko emosional yang mungkin terjadi. Penulis

mengklasifikasikan proses ini pada beberapa tahapan sebagai berikut:

a) Kepentingan Pengungkapan

Dalam hubungan FWB, pengungkapan diri, yang mencakup berbagi perasaan, pemikiran, dan informasi pribadi, menjadi kunci untuk membangun dan memelihara keintiman emosional dalam hubungan teman dengan manfaat. Berdasarkan teori *Self-Disclosure* (Pengungkapan Diri), proses ini berkontribusi pada pembentukan kedekatan interpersonal dan memfasilitasi perkembangan hubungan sosial yang lebih dalam.

Pada awal hubungan FWB, individu merasa enggan untuk membuka diri karena perasaan tidak nyaman, kepercayaan yang belum tumbuh dan juga tidak adanya rasa aman untuk melakukan pengungkapan diri. Namun, hasil telah menunjukkan bahwa ketika pelaku FWB memperlihatkan kejujuran dan transparansi tentang keinginan, harapan, batasan mereka, dan informasi yang lebih privat hubungan tersebut sudah pada fase lebih jelas dan stabil. Pengungkapan diri yang efektif juga dapat membantu mencegah kesalahpahaman dan konflik yang akan muncul akibat interpretasi yang salah terhadap perilaku atau ekspektasi masing-masing individu.

Dalam hubungan FWB, dimana komitmen romantis tidak ada, penting bagi pasangan untuk mengkomunikasikan perasaan dan ekspektasi mereka secara terbuka untuk menghindari kebingungan dan perasaan terluka. Selain itu, pengungkapan diri memungkinkan kedua individu untuk lebih memahami satu sama lain, menciptakan kepercayaan, dan membangun rasa keterhubungan yang lebih dalam. Dengan berbagi pengalaman dan cerita pribadi, individu dapat merasa lebih diterima dan dipahami oleh pasangan FWB mereka. Namun, perlu dicatat bahwa pengungkapan diri harus dilakukan dengan pertimbangan matang dan disesuaikan dengan kenyamanan masing-masing pihak.

Terlalu banyak atau terlalu cepat mengungkapkan diri bisa menimbulkan rasa terlalu dekat secara emosional, yang mungkin bertentangan dengan tujuan awal dari hubungan FWB. Dalam hasil wawancara dengan informan, pengungkapan diri memainkan peran krusial dalam relasi FWB. Melalui komunikasi yang jujur dan terbuka, pasangan FWB dapat membangun kedekatan emosional yang lebih kuat, menghindari konflik yang tidak perlu, dan menciptakan hubungan yang lebih bermakna dan memuaskan.

b) Kesepakatan dan Batasan Sebagai Upaya Menghormati Satu Sama Lain

Dalam hubungan FWB, kejelasan dan kesepakatan tentang harapan dan batasan sangat penting. Ketika kedua individu membahas secara terbuka apa yang mereka cari dalam hubungan ini dan apa yang mereka siapkan, mereka memiliki pemahaman yang lebih baik tentang apa yang diharapkan dari masing-masing pihak. Ini dapat mencegah munculnya kesalahpahaman dan mengurangi risiko konflik di masa depan.

Dari jawaban seluruh informan, dapat ditarik benang merah bahwa *self disclosure* yang dilakukan yang paling utama ialah tentang ulasan selama berhubungan seksual, fetish, dan preferensi. Sedangkan aspek lain seperti cerita tentang kehidupan sehari – hari, keresahan yang alami dan diskusi tentang masalah yang dihadapi adalah bentuk *self disclosure* pendukung guna memperdalam relasi yang mereka jalani dan sebagai usaha membangun kepercayaan dan kenyamanan.

Hasil dari wawancara bersama informan tentang pengungkapan diri mengenai kesepakatan dan batasan dalam relasi FWB memiliki pola yang beragam, diantaranya pada aspek privasi, kesehatan, perasaan, perhatian, afeksi dan juga tindakan tidak melibatkan orang lain dalam relasi FWB yang dijalani. Hal ini tentunya disesuaikan dengan preferensi masing – masing individu. Pada fase pengungkapan diri ini diperlukan kejujuran, komunikasi yang terbuka dan juga kemampuan untuk memahami dan menerima.

c) Komunikasi Terbuka Sebagai Upaya Menerima Satu Sama Lain

Dari jawaban seluruh informan, dapat ditarik benang merah bahwa *self disclosure* yang dilakukan yang paling utama ialah tentang ulasan selama berhubungan seksual, fetish, dan preferensi. Sedangkan aspek lain seperti cerita tentang kehidupan sehari – hari, keresahan yang alami dan diskusi tentang masalah yang dihadapi adalah bentuk *self disclosure* pendukung guna memperdalam relasi yang mereka jalani dan sebagai usaha

membangun kepercayaan dan kenyamanan.

Dengan berkomunikasi secara terbuka tentang perasaan masing-masing, hubungan FWB dapat berkembang dengan cara yang lebih positif dan memuaskan. Komunikasi terbuka memungkinkan keduanya untuk memahami kebutuhan satu sama lain dan bekerja sama untuk menciptakan hubungan yang memenuhi kedua belah pihak.

Dengan berbicara tentang masalah dan perasaan yang mungkin timbul, kedua individu dapat bekerja sama untuk menemukan solusi yang saling menguntungkan dan menjaga hubungan tetap harmonis. Komunikasi terbuka membantu mengelola perasaan dan menghindari rasa terluka yang berkepanjangan. Dengan menyampaikan perasaan secara jujur, pasangan FWB dapat mendukung satu sama lain dan menciptakan ruang yang aman untuk mengungkapkan perasaan.

Hubungan FWB rentan terhadap perubahan karena perasaan, preferensi, dan situasi hidup individu dapat berubah seiring waktu. Komunikasi terbuka memungkinkan pasangan FWB untuk mendeteksi perubahan dan menghadapinya dengan bijaksana. Dengan saling mendengarkan dan menghormati perubahan tersebut, hubungan dapat beradaptasi tanpa mengganggu kualitas keseluruhan hubungan.

d) Merasakan Keintiman

Dalam relasi FWB, keintiman cenderung menjadi aspek yang kompleks dan menarik. Keintiman relasi FWB berkaitan dengan kemampuan pasangan untuk memperlihatkan diri mereka dengan mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pengalaman pribadi. *self-disclosure* memiliki peran penting dalam fase merasakan keintiman dalam relasi FWB. Individu yang lebih cenderung melakukan *self-disclosure* yang lebih tinggi juga cenderung merasakan tingkat keintiman yang lebih dalam dalam relasi FWB. *Self-disclosure* mencakup pengungkapan emosi, harapan, dan kebutuhan, yang memungkinkan pasangan untuk merasa lebih dekat secara emosional.

Berdasarkan data yang diperoleh, keintiman dalam relasi FWB bagi perempuan muda Surabaya dapat dilihat dari berbagai perspektif. Keintiman juga dihubungkan dengan tidak adanya hal-hal yang perlu ditutupi atau disembunyikan, di sisi lain, keintiman dihubungkan dengan eksplorasi dalam hubungan seksual. Selain itu, terdapat juga yang menilai keintiman dengan tolok ukur waktu, sebab sudah merasa dapat membuka jati diri dan berkomunikasi secara jujur dengan partner FWB-nya.

Keintiman dalam relasi FWB bagi perempuan muda Surabaya ini mencakup aspek keterbukaan, kenyamanan, durasi kebersamaan, eksplorasi seksual, dan waktu. Setiap narasumber memiliki pandangan yang berbeda-beda terkait dengan apa yang mereka anggap sebagai indikator keintiman dalam relasi FWB.

e) Tantangan Self Disclosure

Tantangan - Tantangan yang terjadi dalam proses self-disclosure pada hubungan Friends with Benefits (FWB) dapat menjadi kompleks dan menantang bagi kedua individu yang terlibat. Dalam FWB, ketidakjelasan batasan hubungan sering kali menjadi tantangan utama, dimana masing-masing individu memiliki pandangan yang berbeda tentang sejauh mana *self-disclosure* yang diharapkan atau diinginkan.

Dari temuan data pada informan, didapatkan hasil bahwa tantangan terbesar dalam proses *self disclosure* pada relasi FWB meliputi aspek perbedaan *self disclosure* yang dilakukan, kepercayaan, rasa aman, perbedaan ekspektasi hubungan dan juga konsekuensi hubungan. Data yang didapat memang beragam, hal ini dipengaruhi oleh latar belakang masing – masing individu yang terlibat.

f) Mengakhiri Hubungan

Jika akhirnya FWB diakhiri, pengungkapan diri tentang perasaan dan refleksi tentang hubungan dapat membantu individu meresapi pengalaman tersebut. Penting bagi pasangan FWB untuk berbicara dengan terbuka tentang bagaimana mereka merasa dan mencari cara untuk mendukung satu sama lain selama proses pemulihan.

Tahap mengakhiri hubungan FWB

dapat menjadi momen sensitif dan emosional. Dalam hal ini, *self-disclosure* memungkinkan kedua individu untuk menyampaikan perasaan mereka dengan jujur dan terbuka. Ini mencakup mengungkapkan perasaan tentang akhir dari hubungan FWB, apakah itu perasaan lega, kesedihan, atau apapun yang mungkin muncul.

Berdasarkan hasil wawancara dengan seluruh informan didapat benang merah bahwa *self disclosure* yang dilakukan pada fase mengakhiri hubungan ialah dengan memaparkan alasan sebenarnya apa yang terjadi, menggambarkan situasi yang dialami serta memberikan penjelasan akan rencana mendatang yang akan dilakukan. Dengan melakukan hal – hal tersebut, partner FWB akan memperoleh pemahaman dengan baik tentang keputusan yang diambil. Kesepakatan dan penerimaan hubungan juga turut andil dalam memperlancar fase mengakhiri hubungan FWB antara informan dengan pasangannya.

4) Self Disclosure Perempuan Muda Surabaya Berdasarkan Teori Penetrasi Sosial

Teori penetrasi sosial (*social penetration theory*) menggambarkan proses sifat manusia dan proses perkembangan sosial. Teori ini mengemukakan bahwa manusia tidak dapat menjadi intim satu sama lain dalam waktu singkat, tetapi dibutuhkan waktu bagi individu untuk berkomunikasi satu sama lain. Sering kali, orang yang saling mengenal akan berbicara satu sama lain sebagai hal yang biasa. Sepintas, ini mungkin tidak penting, tetapi "trik" adalah langkah pertama dari langkah selanjutnya, menuju komunikasi yang lebih intim. Inklusi sosial ibarat selapis kulit bawang, yang sesuai dengan kepribadian seseorang. Integrasi ke dalam masyarakat tidak terjadi secara tiba-tiba, hubungan dari yang tertinggi hingga yang paling intim harus melalui tahapan sebagai berikut, diantaranya tahap orientasi, tahap pertukaran aktif eksplorasi, pertukaran afektif dan tahap pertukaran stabil.

Tahap Orientasi

Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dengan seluruh informan dimana peneliti mencoba menggali data tentang bagaimana setiap informan melakukan *self disclosure* kepada lawan bicaranya sebagai upaya untuk memberikan informasi dan mengetahui informasi mengenai lawan bicaranya. Hal tersebut nantinya akan membantu informan mengetahui identitas dan latar belakang lawan bicaranya. Pada tahap orientasi, *self*

disclosure juga berperan untuk bisa menentukan apakah relasi ataupun interaksi ini dapat berlanjut atau tidak.

Setiap informan memiliki fase orientasinya sendiri dalam melakukan *self disclosure*, hal ini tercermin pada tahapan kepentingan pengungkapan pada proses pengungkapan diri perempuan muda Surabaya pelaku relasi FWB. Pada informan I, K dan T, *self disclosure* tahap orientasinya dikembangkan pada beberapa fase yang klasifikasikan pada durasi waktu bertemu ataupun durasi waktu berinteraksi. Yang mana pada tahap ini mereka masih membagikan informasi yang general seperti identitas diri, nama, domisili, masih belum membicarakan keinginan dan harapannya akan relasi yang ingin dijalani. Namun pada informan K, ia dan lawan bicaranya sudah mengetahui keinginan dan harapan akan relasi yang ingin dijalani, hanya saja mereka belum saling mengenal, oleh sebab itu informan K tetap melakukan *self disclosure* untuk mengetahui apakah relasi tersebut dapat berjalan.

Pada tahap ini informan F dan A tidak melaluinya, hal ini disebabkan partner FWB-nya merupakan individu yang sudah lama mengenalnya, sehingga ketika akan melakukan relasi FWB mereka tidak memerlukan tahap ini.

Tahap Pertukaran Aktif

Dalam penelitian ini, pertukaran aktif eksplorasi tercermin pada tahap kepentingan pengungkapan diri dalam proses pengungkapan diri perempuan muda Surabaya pelaku FWB. Informan menggambarkan tahap ini sebagai proses pendekatan akan tetapi sudah pada tahap beberapa kali bertemu atau sudah merasa tidak canggung lagi ketimbang tahap atau pertemuan sebelumnya. Pada tahap ini informan mulai mampu merasakan kepercayaan, rasa aman sudah mampu melakukan *self disclosure* yang lebih personal seperti keinginan serta harapan dalam relasi yang akan dijalannya. Yang dimaksud disini ialah menjalin relasi FWB dengan lawan bicaranya tersebut.

Berbeda dengan tahap orientasi, pada tahap ini seluruh informan melaluinya. Pada informan T, ia sudah berani untuk menawarkan pertemuan setelah selama ini hanya via digital seperti video call dan dalam

pertemuan tersebut sudah membicarakan relasi kedepan yang ingin dijalani. Pada informan lain seperti informan I, K, F, A juga sudah mampu membicarakan atau pun menawarkan relasi FWB yang ingin ia jalani bersama lawan bicaranya tersebut.

Tahap Afektif

Dalam penelitian ini, tahap afektif dapat dilihat pada tahap komitmen dan batasan dalam proses pengungkapan diri perempuan muda Surabaya pelaku relasi FWB. Tahap afektif merupakan tahapan yang mana informan peneliti sudah menjalin relasi FWB dengan partner-nya. *Self disclosure* akan batasan – batasan masing – masing pihak yang disepakati bersama sebagai bentuk penghormatan satu sama lain terjadi pada tahap ini. batasan – batasan yang diberikan pun beragam, hal ini bergantung pada faktor latar belakang dan prinsip masing – masing individu.

Peneliti mendapat satu premis dalam hal batasan – batasan yang disepakati, yakni aspek batasan tersebut bertujuan untuk melindungi diri sendiri dari kerugian atau pun dampak negatif yang kemungkinan terjadi. Mereka paham betul akan konsekuensi melakukan *self disclosure* secara lebih personal kepada partner yang tidak memiliki ikatan emosional layaknya pada relasi romantis konvensional. Aspek tersebut meliputi privasi, kesehatan, kebersihan dan juga perasaan pribadi.

Tahap Pertukaran Stabil

Tahap akhir dari seluruh tahapan disebut juga sebagai lapisan inti. Terdapat pada bagian paling dalam. Memasuki fase sangat intim, Pertukaran informasi terjadi secara intim seperti nilai, kepercayaan, cara pandang terhadap sesuatu. Tahap ini kita telah mengenal individu dengan sangat dekat hingga memungkinkan para individu untuk memprediksi tindakan-tindakan atau respon masing-masing dengan baik.

Dalam penelitian ini tahap pertukaran stabil tercermin dalam proses keterbukaan diri perempuan muda Surabaya pelaku FW tahap komunikasi terbuka sebagai upaya menerima satu sama lain dan tahap merasakan keintiman. Dalam tahap ini informan sudah mulai melakukan *self*

disclosure tentang hal – hal yang dirasa mengganjal, kehidupan sehari – hari, permasalahan yang dihadapi dan juga lebih terbuka akan eksplorasi seksual. Seluruh informan merasa dengan ia melakukan *self disclosure* akan hal tersebut, relasi FWB dengan partnernya akan terasa lebih intim.

Informan I,K dan A cenderung lebih mengungkapkan keresahannya berbentuk ulasan ketika berhubungan seksual, disusul topik lain yakni seperti bercerita tentang permasalahan yang dihadapi dan kegiatan sehari – hari. Sedangkan pada informan T cenderung lebih mengungkapkan cerita sehari – sehari dan berdiskusi akan masalah yang dihadapi. Dan pada informan F, *self disclosure* yang dilakukan cenderung pada aspek eksplorasi seksual yang dilakukan bersama partner FWB-nya, disusul membicarakan kegiatan sehari – sehari dan permasalahan yang dihadapi.

B. PEMBAHASAN

Penelitian tentang *self disclosure* memang telah banyak dikaji sebelumnya dengan berbagai versi, dalam ini peneliti mencoba untuk melihat fenomena ini dengan instrument yang berbeda. Peneliti berusaha untuk melengkapi penelitian – penelitian terdahulu tentang *self disclosure*, dimana pada penelitian yang berjudul “Pemunculan Self Disclosure dalam Relasi Friend With Benefit (Studi Fenomenologi Perempuan Muda Surabaya)” ini peneliti berusaha mendeskripsikan bagaimana proses *self disclosure* muncul dalam diri informan yang secara sadar menjadi pelaku sebuah fenomena relasi baru yang mereka dapati dari pergesaran relasi romantis modern, karena tidak dapat dipungkiri bahwa relasi Friends With Benefit merupakan fenomena budaya populer yang berkembang cukup massif di Indonesia.

Peneliti menemukan bahwa pemunculan *self disclosure* yang dilakukan sangat dipengaruhi oleh latar belakang partner FWB-nya, apakah ia sebelumnya sudah saling mengenal atau belum, kenal dari dunia nyata atau dunia maya. Pada faktor latar belakang, peneliti merujuk pada definisi tertentu, dimana Menurut DeVito (1997) *self-disclosure* adalah jenis komunikasi di mana kita mengungkapkan informasi tentang diri kita sendiri yang biasanya kita sembunyikan. Informasi tersebut berupa pikiran, perasaan, dan perilaku. *Self- disclosure*

menyangkut informasi pribadi yang biasanya dan secara aktif disembunyikan.

Setelah mengetahui bagaimana latar belakang pertemuannya, informan akan menentukan sendiri fase – fase *self disclosure* yang dilakukan. Informan yang partner FWB-nya berasal dari dunia maya entah itu melalui pertemanan Twitter atau pun akun alter Instagram cenderung memiliki proses keterbukaan diri yang lebih lama ketimbang informan yang partner FWB-nya sudah mengenal dirinya sebelumnya. Melalui pertemanan Twitter, informan memerlukan beberapa kali pertemuan dengan fase keterbukaan diri yang berbeda – beda hingga pada akhirnya ia mampu menjalin relasi dan mengungkapkan batasan – batasan yang ia inginkan dalam relasi FWB.

Melalui akun alter Instagram memerlukan waktu yang lebih lama untuk pada akhirnya ia melakukan pertemuan dengan partner FWB-nya, 6 bulan. Selama 6 bulan pertama tersebut mereka menjalin relasi FWB secara online. 6 bulan pertama tersebut dijadikan wadah untuk melakukan *self disclosure* akan hal – hal yang tidak memiliki aspek kejujuran. Sedangkan dalam fase 6 bulan berikutnya, yang mana pada fase ini sudah melakukan pertemuan, *self disclosure* yang dilakukan sudah melibatkan hal – hal yang memerlukan aspek kejujuran dan juga tentang harapan relasi yang dijalani kedepannya. Pada kasus ini mengingat karena informan pernah melakukan hal – hal yang cukup berisiko dengan menggunakan media digital seperti chat sex dan VCS (Vidoe Call Seksual), ia membutuhkan waktu lebih lama untuk membangun kepercayaan terhadap partner FWB-nya.

Titik balik dimana para informan melakukan *self disclosure* pada individu yang akan ia jadikan sebagai partner FWB ialah adanya tujuan personal antar individu tersebut. Pada penelitian terdahulu cukup banyak ditemukan bahwa alasan seseorang terlibat dalam relasi FWB ialah untuk memenuhi kebutuhan biologis. Pada penelitian ini, peneliti juga menemukan alasan yang sama, hanya saja peneliti menemukan satu alasan lain yang menjadi tujuan para informan untuk melakukan *self disclosure* sebagai upaya untuk menjalin relasi FWB. Berdistraksi dari hubungan lama. Dalam konteks mencari cara untuk berdistraksi dari hubungan lama, beberapa informan memilih jalur FWB sebagai salah satu upaya untuk mengalihkan perhatian dari hubungan yang telah berakhir atau yang sedang dalam masa-

masa sulit.

Pada konteks berdistraksi dari hubungan lama, para informan yang menggunakan alasan ini untuk menjalin relasi FWB cenderung lebih cepat durasi waktunya untuk melakukan proses *self disclosure*. Para informan cenderung lebih spontan dalam menyampaikan apa yang ia inginkan, dan tentang harapannya akan relasi yang ingin dijalani. Hal ini menjadi menarik, sebab dari awal masing – masing individu sudah mengetahui tentang relasi yang diinginkan dan yang diharapkan. *Self disclosure* pada konteks ini dijadikan wadah sebagai tempat untuk memperintim hubungan personal antara individu yang terlibat.

Bergulir lebih jauh, pada prosesnya, *self disclosure* yang dilakukan oleh informan memiliki tantangannya sendiri. Salah satu yang menarik perhatian peneliti ialah pernyataan yang disampaikan oleh beberapa informan, yang mana pada proses *self disclosure*-nya ia menekankan bahwa agar tidak sampai terjadi perasaan “baper” antara ia dan partner FWB-nya. Namun pada pelaksanaannya *self disclosure* yang ia lakukan dengan lebih mengalir dan tanpa batas, bercerita tentang apapun justru membuat salah satu pihak menjadi terbawa perasaan dan menjadikan relasi FWB-nya harus berakhir. Hal ini disebabkan oleh salah satu pihak yang tidak ingin menjalin relasi romantis konvensional.

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti menemukan sebuah temuan dimana mayoritas informan mengkonfirmasi bahwa *self disclosure* memang peran penting dalam keberlangsungan relasi FWB yang dijalani, baik untuk membangun kedekatan personal, mengatasi konflik yang ada dalam hubungan, maupun memperintim relasi yang dijalani. Topik *self disclosure* yang berhubungan dengan hal – hal seksual menjadi topik utama yang harus disampaikan kepada partner FWB, hal ini berguna agar relasi FWB yang dijalani dapat memperoleh kepuasan yang diinginkan. Selanjutnya disusul oleh topik akan kesehatan, kebersihan dan komunikasi terbuka akan hal – hal yang dialami, dimana ini berguna untuk memperdalam ikatan personal yang terjalin satu sama lain sehingga rasa canggung atau sungkan dapat diminimalisir.

hubungan teman dengan manfaat (Friends with Benefits - FWB). Proses pengungkapan diri, yang meliputi berbagai perasaan, pemikiran, dan informasi pribadi, penting untuk membangun dan memelihara keintiman emosional dalam hubungan FWB. Pada awal hubungan FWB, individu cenderung enggan membuka diri karena perasaan tidak nyaman, kurangpercayaan, dan ketidakamanan. Namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa ketika kedua individu dalam hubungan FWB dapat berkomunikasi dengan jujur dan transparan tentang keinginan, harapan, batasan, dan informasi lebih pribadi, hubungan tersebut menjadi lebih jelas dan stabil.

Mengungkapkan batasan – batasan yang kemudian disepakati bersama, yang berkaitan dengan prinsip dapat membuat partner FWB merasa lebih dihormati. Dalam penelitian ini ditemukan hasil bahwa secara garis besar batasan yang disepakati bersama oleh informan ialah meliputi aspek privasi, kesehatan seperti riwayat penyakit dan penggunaan kondom dan kebersihan sebab erat kaitannya dengan IMS, perasaan agar tidak berujung terbawa perasaan, dan melakukan hubungan seksual dengan orang lain.

Komunikasi terbuka yang dilakukan juga membuat pihak – pihak yang terlibat dalam relasi ini merasa diterima. Pengungkapan diri yang efektif dalam hubungan FWB juga membantu mencegah kesalahpahaman dan konflik yang dapat muncul karena interpretasi yang salah terhadap perilaku atau ekspektasi masing-masing individu. Hal ini menggarisbawahi pentingnya komunikasi terbuka dalam memastikan pemahaman yang lebih baik antara pasangan FWB, menciptakan kepercayaan, dan membangun rasa keterhubungan yang lebih dalam. Dengan berbagi pengalaman dan cerita pribadi, individu dapat merasa lebih diterima dan dipahami oleh pasangan FWB mereka. Namun, perlu diingat bahwa pengungkapan diri harus dilakukan dengan matang dan disesuaikan dengan kenyamanan masing-masing pihak.

Terlalu banyak atau terlalu cepat mengungkapkan diri dapat menimbulkan rasa terlalu dekat secara emosional, yang bertentangan dengan tujuan awal dari hubungan FWB. Oleh karena itu, komunikasi yang tepat dan tepat waktu sangat penting dalam menjaga keseimbangan dalam hubungan FWB. Melalui wawancara dengan informan, disimpulkan bahwa pengungkapan diri memainkan peran penting dalam membangun kedekatan emosional yang lebih kuat, mencegah konflik yang tidak perlu, dan menciptakan hubungan FWB yang lebih bermakna dan memuaskan. Pengungkapan diri terdiri atas beberapa fase dalam penerapannya yang disesuaikan oleh masing – masing kebutuhan individu. Ada yang memerlukan waktu lama ada yang memerlukan waktu sebentar.

PENUTUP

Simpulan

Pengungkapan diri memiliki peran krusial dalam

Saran

1) Saran Akademis

Penelitian berikutnya diharapkan mengambil topik sama dapat guna menambah konsep - konsep yang bertujuan memperkaya penelitian dalam konsep pengungkapan diri. Mengingat penelitian ini memiliki keterbatasan penelitian yakni tidak adanya unsur observasi yang penulis gunakan sebagai pembandingan.

2) Saran Praktis

Merujuk dari manfaat penelitian, adapun saran yang dapat direkomendasikan bagi pelaku relasi FWB maupun individu yang mempunyai keinginan untuk menjalin relasi tersebut ialah sebagai berikut:

- a. Pentingnya Komunikasi Terbuka: Para perempuan muda Surabaya perlu menyadari bahwa keterbukaan diri adalah kunci dalam menjalani hubungan FWB yang sehat. Mereka harus merasa nyaman untuk berbagi pikiran, perasaan, harapan, dan kekhawatiran dengan pasangan FWB dan teman dekat.
- b. Kesepahaman Mengenai Jenis Relasi: Mendorong perempuan muda Surabaya untuk membahas jenis relasi FWB yang diinginkan dan harapan-harapan masing-masing individu sejak awal. Penting bagi mereka untuk memiliki kesepahaman yang jelas mengenai batasan, preferensi, dan tujuan dalam hubungan FWB tersebut.
- c. Menghargai Batasan dan Preferensi: Perempuan muda Surabaya perlu membicarakan aktivitas yang diinginkan atau tidak diinginkan serta batasan berkenaan dengan orang lain. Dengan menghormati batasan ini, mereka dapat menjaga hubungan FWB yang saling memuaskan dan menghindari konflik.
- d. Diskusi dengan Teman Dekat: Diskusi dengan teman dekat dapat memberikan perspektif baru, pemahaman yang lebih dalam, dan dukungan yang diperlukan dalam menghadapi kompleksitas hubungan FWB. Selain itu, teman dekat juga dapat membantu dalam menjaga keterbukaan diri dan membangun rasa kepercayaan.
- e. Mengelola Keintiman dengan Bijak: Mereka perlu memahami bahwa keintiman melibatkan keterbukaan, kenyamanan, durasi kebersamaan, eksplorasi seksual, dan waktu. Penting untuk menjaga keseimbangan antara kebutuhan emosional dan seksual, serta

memastikan bahwa kedua belah pihak merasa nyaman dan terhormat.

- f. Kesadaran Gender: Memahami bahwa perempuan mungkin merasakan lebih banyak kebebasan untuk melakukan keterbukaan diri dalam hubungan FWB dibandingkan pria yang masih merasa tertekan atas maskulinitas mereka. Penting untuk menghargai dan memahami perbedaan pengalaman dan persepsi antara pria dan perempuan dalam konteks FWB.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, T. W., Sukmawan, F., & Utari, D. A. (2016). Media sosial dan pengembangan hubungan interpersonal remaja di Sidoarjo. *KANAL: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2(1), 95-106.
- Adiyati, Ria. (2019). Self Disclosure Homoseksual di Surabaya dengan Lingkungan Sosialnya. *Commmercium*, 1(2), 76 – 80.
- Agustin, N. N. (2019). Dinamika Religiusitas Pelaku FWB (*Friend With Benefit*): Studi Kasus di Kampus Islam. Prosiding Seminar Nasional 2019. Pengembangan Karakter dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0 : 59 – 70. Surabaya, 21 September 2019.
- Azzizah, Annisa. (2020). *Friends With Benefit*: Agensi Seksual KAum Muda Dalam Kontestasi Nilai Dan Norma. 10.13140/RG.2.2.12124.62080.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Boston: MA Pearson.
- Devito, Joseph A. (2009). *The Interpersonal Communication* 12nd Edition. United States: Pearson.
- DeVito, Joseph A. (2013). *The Interpersonal Communication Book* 13 th. Edition. United States of America: Pearson Education.
- Devito, Joseph. A. (1997). *Komunikasi Antar Manusia*. Jakarta: Professional books.
- Fitriani, A. D., & Cici E. I. (2020). *Online Dating dalam Relasi Percintaan Friend with Benefit di Media Sosial Whisper*. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 18(3), 340-351.
- Hikmah, N., & Rahardjo, T. (2018). Keterbukaan Komunikasi dalam Relasi Romantik. *Interaksi Online*, 6(4), 268-285.

- Jonathan, Sarwono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Lustanto, Rendi. (2015). Stigma Perempuan Korban Kekerasan Seksual dan Penghilangan Eksistensi. Retrived from <https://www.jurnalperempuan.org/wacana-feminis/stigma-perempuan-korban-kekerasan-seksual-dan-penghilangan-eksistensi?locale=en>.
- Miles, B.M & Huberman, M. (1992). *Analisis Data Kualitatif* Buku Sumber Tentang Metode-metode Baru. Jakarta: UIP.
- Moleong, L. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Edisi Revisi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Moleong, L.J. (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif* Edisi Revisi. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Moleong, Lexy J. 2007. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Edisi Revisi. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- NS, Theresia Agustina. 2020. *Self Disclosure Mahasiswa Gay Melalui Alter Ego Twitter* (Studi Deskriptif Tentang *SelfDisclosure* melalui Akun Alter Ego Twitter sebagai Bentuk Aktualisasi Diri pada Mahasiswa Gay di Kota Solo). Skripsi tidak diterbitkan. Semarang: PPs Universitas Sebelas Maret.
- Schutz, Alfred (John Wild dkk). 1967. *The Phenomenology of the Social World*. Illinois: Northon University Press.
- Septiani, Dila, dkk. (2019). *Self Disclosure* dalam Komunikasi Interpersonal: Kesetiaan, Cinta dan Kasih Sayang. *FOKUS*, 2(6), 117 – 123.
- Sjam, R. R. (2021). *Fenomena Friend with Benefit di Kalangan Mahasiswa di Kota Makassar (Friend with Benefit Phenomenon Among Students in Makassar City)*. Skripsi tidak diterbitkan. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumantri M. A., & Yunita T. D. (2020). *Komparasi Antara Tingkat Kepuasan Seksual dan Kepuasan Hubungan (Hubungan Friend with Benefit vs. Hubungan Konvensional)*. *Gajah Mada Journal of Psychology*, 6(1), 29 – 42.
- West & Turner. (2008). *Understanding Interpersonal Communication Making Choices in Changing Times*, ebook. Boston: Wadsworth
- Wood, J.T. (2012). *Komunikasi Teori dan Praktik*. Jakarta: Salemba Humanika.