



MAKNA PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKOK DALAM PEMBENTUKAN KEPERCAYAAN ANTAR PASANGAN: STUDI GENERASI Z

Melania Wijaya Kusuma, Muhammad Tsabit, S.Ikom, MM

Universitas Bina Sarana Informatika, Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received Oktober 2026

Revised Oktober 2026

Accepted Oktober 2026

Available Oktober 2026

melaniawijaya22@gmail.com

*This is an open access article
under the [CC BY-SA](#) license.*

Copyright © 2023 by Author.

*Published by Cahaya Ilmu
Bangsa Institute*

ABSTRAK

Perkembangan media sosial telah mengubah pola komunikasi interpersonal, termasuk dalam hubungan romantis di kalangan Generasi Z. TikTok tidak hanya dimanfaatkan sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai ruang komunikasi yang memengaruhi proses keterbukaan diri dan pembentukan kepercayaan antarpasangan. Penelitian ini bertujuan menganalisis makna penggunaan TikTok dalam pembentukan kepercayaan antarpasangan pada Generasi Z. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Informan dipilih secara purposive, yaitu Generasi Z yang aktif menggunakan TikTok dan sedang atau pernah menjalani hubungan romantis. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa TikTok dimaknai sebagai media komunikasi yang memperluas interaksi, mendorong keterbukaan diri (self-disclosure), serta memperkuat kedekatan emosional antarpasangan. Namun, penggunaan TikTok juga berpotensi menimbulkan kesalahpahaman apabila tidak diimbangi dengan komunikasi interpersonal yang terbuka. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kepercayaan dalam hubungan romantis lebih ditentukan oleh kualitas komunikasi dan keterbukaan antarpasangan daripada penggunaan media sosial itu sendiri.

Kata kunci: TikTok; komunikasi interpersonal; kepercayaan; self-disclosure; Generasi Z.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah mengubah cara individu membangun serta mempertahankan hubungan interpersonal. Kehadiran media sosial memungkinkan proses komunikasi berlangsung secara lebih cepat, interaktif, dan tanpa batas



ruang maupun waktu. Perubahan tersebut menjadikan media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana berbagi informasi dan hiburan, tetapi juga sebagai ruang interaksi yang memengaruhi dinamika hubungan sosial, termasuk hubungan romantis. Bagi Generasi Z yang tumbuh dalam lingkungan digital (*digital natives*), media sosial telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari dan berperan dalam membentuk cara mereka berkomunikasi, mengekspresikan diri, serta menjalin kedekatan dengan orang lain.

Salah satu platform yang mengalami perkembangan pesat adalah TikTok. Berawal sebagai aplikasi berbagi video pendek, TikTok kini berkembang menjadi ruang komunikasi digital yang memungkinkan pengguna membuat, membagikan, dan berinteraksi dengan berbagai konten melalui fitur komentar, pesan pribadi, live streaming, hingga algoritma *For You Page (FYP)* yang menyajikan konten sesuai preferensi pengguna. Tingginya intensitas penggunaan TikTok di Indonesia menunjukkan bahwa platform ini tidak lagi sekadar menjadi media hiburan, tetapi juga telah menjadi bagian dari aktivitas komunikasi sehari-hari masyarakat, khususnya Generasi Z. Dalam konteks hubungan romantis, berbagai aktivitas seperti saling mengirim video, membahas konten, maupun membagikan pengalaman melalui TikTok menjadi bentuk komunikasi digital yang semakin umum dilakukan pasangan.

Komunikasi interpersonal merupakan fondasi utama dalam membangun hubungan romantis yang sehat. Melalui komunikasi, pasangan dapat menyampaikan pikiran, perasaan, harapan, maupun pengalaman sehingga tercipta rasa saling memahami dan saling percaya. Di era digital, proses tersebut tidak hanya berlangsung melalui interaksi tatap muka, tetapi juga dimediasi oleh media sosial. Kehadiran TikTok menghadirkan pola komunikasi baru yang memungkinkan pasangan mengekspresikan perhatian, menunjukkan afeksi, serta membangun kedekatan emosional melalui aktivitas digital. Namun, di sisi lain, paparan terhadap berbagai konten mengenai hubungan romantis, interaksi dengan pengguna lain, maupun algoritma yang menampilkan konten sesuai minat pengguna juga berpotensi memunculkan kesalahpahaman, kecemburuan, dan penurunan kepercayaan apabila tidak diimbangi dengan komunikasi yang terbuka.

Media sosial memiliki pengaruh terhadap dinamika komunikasi interpersonal. (Fadhila & Hudaniah, 2025) menemukan bahwa kemampuan komunikasi interpersonal berkaitan dengan konsep diri Generasi Z sebagai pengguna media sosial. (Prihantoro & Anisah, n.d.) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal menjadi faktor penting dalam mempertahankan komitmen pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh (*long distance relationship*). Penelitian lain juga mengungkap bahwa penggunaan TikTok dapat memengaruhi persepsi individu terhadap

hubungan romantis (Tirta & Arifin, 2025), memunculkan kecenderungan overthinking akibat interaksi digital (Ismiati et al., 2026), serta memperlihatkan relevansi Social Penetration Theory dalam menjelaskan perkembangan hubungan melalui media sosial (Hasyim, 2024).

Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut umumnya lebih menitikberatkan pada pengaruh media sosial terhadap perilaku komunikasi atau dinamika hubungan secara umum. Penelitian yang secara khusus mengkaji bagaimana Generasi Z memaknai penggunaan TikTok sebagai pengalaman komunikasi yang berkontribusi terhadap pembentukan kepercayaan antarpasangan melalui pendekatan fenomenologi masih relatif terbatas. Padahal, kepercayaan merupakan salah satu unsur fundamental dalam hubungan romantis yang dibangun melalui proses komunikasi, keterbukaan diri, serta pengalaman interaksi yang berlangsung secara berkelanjutan. Dengan demikian, masih terdapat ruang penelitian untuk memahami pengalaman subjektif pengguna dalam memaknai peran TikTok terhadap pembentukan kepercayaan dalam hubungan romantis.

Penelitian ini menggunakan Teori Penetrasi Sosial (*Social Penetration Theory*) yang dikemukakan oleh Altman dan Taylor sebagai landasan analisis. Teori ini menjelaskan bahwa hubungan interpersonal berkembang melalui proses keterbukaan diri (*self-disclosure*) secara bertahap, mulai dari pertukaran informasi yang bersifat umum hingga informasi yang lebih personal. Dalam konteks penggunaan TikTok, aktivitas seperti berbagi video, mendiskusikan konten, maupun menunjukkan pengalaman dan preferensi pribadi dapat dipahami sebagai bentuk keterbukaan diri yang berpotensi memperkuat kedekatan emosional sekaligus membangun kepercayaan antarpasangan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis makna penggunaan media sosial TikTok dalam pembentukan kepercayaan antarpasangan pada Generasi Z melalui pendekatan fenomenologi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian komunikasi interpersonal di era digital, khususnya dalam memahami bahwa TikTok tidak hanya berfungsi sebagai media komunikasi, tetapi juga sebagai ruang yang memfasilitasi proses keterbukaan diri, pembentukan kedekatan emosional, serta negosiasi makna kepercayaan dalam hubungan romantis.

METODELOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk memahami makna penggunaan media sosial TikTok dalam pembentukan kepercayaan antarpasangan pada Generasi Z. Pendekatan fenomenologi dipilih karena berfokus pada



pengalaman subjektif individu dalam memaknai suatu fenomena yang dialaminya secara langsung. Melalui pendekatan ini, penelitian berupaya mengungkap bagaimana pengalaman penggunaan TikTok dipahami oleh informan dalam konteks hubungan romantis.

Paradigma yang digunakan adalah konstruktivisme, yang memandang bahwa realitas sosial dibentuk melalui pengalaman, interaksi, dan interpretasi individu terhadap lingkungan sosialnya. Paradigma ini sesuai dengan tujuan penelitian yang menitikberatkan pada pemahaman terhadap makna yang dibangun oleh informan mengenai penggunaan TikTok dalam membangun komunikasi, keterbukaan diri (*self-disclosure*), dan kepercayaan dengan pasangan.

Informan penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu, yaitu: (1) termasuk dalam Generasi Z berusia 18-27 tahun, (2) aktif menggunakan media sosial TikTok, (3) sedang atau pernah menjalani hubungan romantis, dan (4) bersedia menjadi informan penelitian. Berdasarkan kriteria tersebut, penelitian melibatkan dua orang informan yang dinilai memiliki pengalaman sesuai dengan fokus penelitian sehingga mampu memberikan informasi secara mendalam mengenai fenomena yang diteliti.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) sebagai teknik utama untuk menggali pengalaman dan pemaknaan informan terhadap penggunaan TikTok dalam hubungan romantis. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur agar peneliti memiliki pedoman pertanyaan sekaligus memberikan keleluasaan kepada informan dalam menjelaskan pengalaman mereka. Untuk memperkuat data hasil wawancara, penelitian ini juga memanfaatkan observasi terhadap aktivitas digital informan yang berkaitan dengan penggunaan TikTok serta dokumentasi berupa tangkapan layar maupun dokumen pendukung yang relevan.

Data dianalisis menggunakan model analisis interaktif Miles, Huberman, dan Saldana yang meliputi tiga tahapan, yaitu kondensasi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Tahap kondensasi dilakukan dengan menyeleksi dan mengelompokkan data sesuai fokus penelitian, yaitu penggunaan TikTok, komunikasi interpersonal, self-disclosure, dan pembentukan kepercayaan antarpasangan. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi tematik untuk memudahkan proses interpretasi. Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan keterkaitan antartema yang muncul selama proses analisis.

Untuk menjamin kredibilitas temuan, penelitian menerapkan triangulasi sumber dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari masing-masing informan, kemudian mengonfirmasinya melalui hasil observasi dan dokumentasi. Proses tersebut dilakukan untuk meningkatkan keabsahan data sehingga interpretasi yang dihasilkan mencerminkan pengalaman informan secara lebih komprehensif.



HASIL DAN PEMBAHASAN

TikTok sebagai Media Komunikasi dalam Hubungan Romantis Generasi Z

Seluruh informan memaknai TikTok tidak hanya sebagai media hiburan, tetapi juga sebagai ruang komunikasi yang mendukung interaksi dalam hubungan romantis. Aktivitas seperti saling mengirim video, mendiskusikan konten yang muncul pada *For You Page (FYP)*, serta membagikan video yang berkaitan dengan pengalaman pribadi menjadi bagian dari pola komunikasi sehari-hari antarpasangan. Melalui aktivitas tersebut, TikTok menghadirkan topik pembicaraan baru yang membantu menjaga intensitas komunikasi meskipun pasangan berada dalam kondisi atau lokasi yang berbeda.

Informan pertama menjelaskan bahwa berbagai percakapan dengan pasangan sering kali diawali dari video yang dibagikan melalui TikTok. Menurutnya, konten mengenai hubungan maupun video yang sedang menjadi tren mampu memunculkan diskusi mengenai sudut pandang masing-masing sehingga komunikasi berlangsung lebih aktif. Sementara itu, informan kedua mengungkapkan bahwa berbagi video melalui TikTok menjadi salah satu cara untuk menjaga komunikasi ketika mereka menjalani hubungan jarak jauh (*long distance relationship*). Aktivitas tersebut membantu mereka tetap memiliki topik pembicaraan meskipun dipisahkan oleh jarak dan perbedaan waktu.

TikTok telah mengalami pergeseran fungsi dari sekadar media hiburan menjadi media komunikasi interpersonal. Kehadiran fitur berbagi video dan algoritma yang menampilkan konten sesuai minat pengguna memungkinkan pasangan membangun interaksi yang lebih intens melalui pengalaman digital yang sama. Dengan demikian, komunikasi tidak hanya berlangsung melalui percakapan langsung, tetapi juga melalui interpretasi bersama terhadap berbagai konten yang dikonsumsi di media sosial.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Prihantoro & Anisah, n.d.) yang menyatakan bahwa komunikasi interpersonal menjadi faktor utama dalam mempertahankan kualitas hubungan romantis, khususnya pada pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh. Selain itu, penelitian (Fadhila & Hudaniah, 2025) juga menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi bagian dari proses komunikasi Generasi Z sehingga memengaruhi cara individu membangun hubungan dengan orang lain. Dalam konteks penelitian ini, TikTok berfungsi sebagai media yang memperluas ruang komunikasi pasangan melalui berbagai bentuk interaksi digital yang bersifat informal dan berkelanjutan.

Penggunaan TikTok tidak secara langsung membentuk kualitas hubungan romantis, tetapi menyediakan ruang komunikasi yang memungkinkan pasangan mempertahankan intensitas interaksi. Dengan kata lain, makna utama TikTok bagi informan bukan terletak pada platformnya, melainkan pada kemampuannya memfasilitasi komunikasi interpersonal dalam kehidupan sehari-hari.

Self-Disclosure melalui TikTok sebagai Proses Penguatan Kedekatan Emosional

Berdasarkan hasil wawancara, proses keterbukaan diri (*self-disclosure*) muncul melalui berbagai aktivitas digital yang dilakukan pasangan di TikTok. Informan menyampaikan bahwa mereka terbiasa membagikan video yang menggambarkan suasana hati, pengalaman pribadi, maupun konten yang dianggap relevan dengan hubungan yang sedang dijalani. Aktivitas tersebut menjadi cara tidak langsung untuk menyampaikan perasaan, preferensi, maupun pandangan kepada pasangan.

Informan pertama menjelaskan bahwa dirinya tidak pernah menyembunyikan aktivitas TikTok dari pasangan dan secara rutin membagikan video yang mencerminkan pengalaman maupun perasaannya. Informan kedua juga menyampaikan bahwa ia sering mengirimkan video yang merepresentasikan kondisi emosional yang sedang dirasakan sehingga pasangan dapat memahami perasaannya tanpa harus selalu diungkapkan secara verbal. Temuan ini menunjukkan bahwa TikTok dimanfaatkan sebagai media untuk mengekspresikan diri sekaligus membangun pemahaman bersama dalam hubungan romantis.

Dalam perspektif Teori Penetrasi Sosial yang dikemukakan oleh Altman dan Taylor, hubungan interpersonal berkembang melalui proses pengungkapan diri yang berlangsung secara bertahap. Individu akan mulai membagikan informasi yang bersifat umum sebelum akhirnya membuka pengalaman, emosi, maupun nilai-nilai pribadi kepada orang lain. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas berbagi video dan konten melalui TikTok dapat dipahami sebagai bentuk *self-disclosure* modern yang dimediasi oleh teknologi digital. Keterbukaan tersebut memungkinkan pasangan mengenali karakter, minat, serta kondisi emosional satu sama lain sehingga memperkuat kedekatan emosional.

Temuan ini mendukung penelitian (Hasyim, 2024) yang menjelaskan bahwa proses keterbukaan diri merupakan mekanisme utama dalam perkembangan hubungan interpersonal. Selain itu, penelitian (Syawal et al., n.d.) juga menunjukkan bahwa media sosial mampu memfasilitasi proses penetrasi sosial melalui interaksi digital yang berlangsung secara berkelanjutan. Dalam penelitian ini, TikTok tidak menggantikan komunikasi langsung, tetapi



melengkapi proses keterbukaan diri melalui bentuk komunikasi yang lebih kontekstual dan sesuai dengan karakteristik Generasi Z.

Self-disclosure melalui TikTok bukan hanya tentang berbagi konten, melainkan menjadi proses komunikasi yang memperkuat pemahaman dan kedekatan emosional antarpasangan. Oleh karena itu, media sosial dapat dipandang sebagai ruang yang mendukung perkembangan hubungan interpersonal ketika digunakan secara terbuka dan saling menghargai.

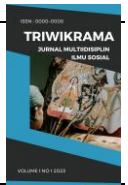
KESIMPULAN

Media sosial TikTok dimaknai oleh Generasi Z sebagai lebih dari sekadar platform hiburan, yaitu sebagai ruang komunikasi digital yang mendukung interaksi dalam hubungan romantis. Melalui aktivitas berbagi video, mendiskusikan konten, dan mengekspresikan perasaan secara tidak langsung, TikTok menjadi media yang memfasilitasi komunikasi interpersonal dan mendorong terjadinya keterbukaan diri (*self-disclosure*) antarpasangan. Proses keterbukaan tersebut memungkinkan pasangan saling memahami pengalaman, preferensi, dan kondisi emosional masing-masing sehingga berkontribusi terhadap terbentuknya kedekatan emosional.

Kepercayaan dalam hubungan romantis tidak terbentuk oleh penggunaan TikTok semata, melainkan oleh kualitas komunikasi interpersonal dan keterbukaan yang dibangun pasangan dalam memanfaatkan media tersebut. TikTok dapat memberikan kontribusi positif terhadap pembentukan kepercayaan apabila digunakan sebagai sarana komunikasi yang terbuka, jujur, dan saling mendukung. Sebaliknya, penggunaan TikTok juga berpotensi memunculkan kesalahpahaman dan kecemburuan apabila aktivitas digital dimaknai secara negatif atau tidak diimbangi dengan komunikasi yang efektif. Temuan ini memperkuat Teori Penetrasi Sosial yang menjelaskan bahwa hubungan interpersonal berkembang melalui proses keterbukaan diri yang berlangsung secara bertahap, sekaligus menunjukkan bahwa media sosial berperan sebagai fasilitator komunikasi, sedangkan kualitas hubungan tetap ditentukan oleh kemampuan pasangan dalam membangun komunikasi yang sehat dan saling percaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Fadhila, S. N., & Hudaniah. (2025). Hubungan antara konsep diri dan kemampuan komunikasi interpersonal pada generasi z pengguna media sosial. *Cognicia*, 13(2), 150-158. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v13i2.42168>
- Hasyim, M. (2024). Penerapan Social Penetration Theory Dalam Kehidupan Sehari-Hari. *Journal of Dialogos: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 1(2), 3046-6040. <https://doi.org/10.62872/vtr1dd27>



- Ismiati, I., Hatta, K., & Rahmatillah, M. (2026). Fenomena “Overthinking Pasca Interaksi Sosial” Pada Pengguna Tiktok: Analisis Psikologi Komunikasi. *Wathan: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 313-325. <https://doi.org/10.71153/wathan.v3i2.604>
- Prihantoro, E., & Anisah, N. (n.d.). *KOMUNIKASI INTERPERSONAL PENYELESAIAN KONFLIK DAN MEMPERTAHANKAN KOMITMEN PADA PASANGAN KEKASIH YANG SEDANG LONG DISTANCE RELATIONSHIP (LDR)*.
- Syawal, M. S., Dwiandini, A., & Khaerunnisa, D. H. (n.d.). *Application of Social Penetration Theory to the Development of Romantic Relationships Through Social Media*.
- Tirta, K. D., & Arifin, S. N. (2025). Studi Fenomenologi : Marriage is Scary pada Generasi Z. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(3), 12-20. <https://doi.org/10.26539/teraputik.833675>