

RELASI ANTARA INTENSITAS JUDI ONLINE DAN KETERBUKAAN DIRI (*SELF-DISCLOSURE*) MAHASISWA DALAM KOMUNIKASI INTERPERSONAL DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

Erwin Gutawa, Ari Susanti

Universitas Muhammadiyah Jember, Jalan Karimata 49 Jember Jawa Timur

Email: egutawa323@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to analyze the relationship between the intensity of students' involvement in online gambling and their level of self-disclosure in interpersonal communication. This research employs a qualitative approach using in-depth interviews with five student informants from Universitas Muhammadiyah Jember who have experienced different levels of involvement in online gambling. The findings indicate that students with a high intensity of online gambling tend to have lower levels of self-disclosure. Intensive involvement in online gambling encourages students to limit the disclosure of personal information as a form of self-protection against social stigma, negative judgments, and psychological pressure. Barriers to self-disclosure are influenced by various contextual factors, including unstable psychological conditions, social pressure, peer environment, and previous interpersonal experiences. In contrast, students who have stopped engaging in online gambling demonstrate increased self-disclosure, particularly when they are in supportive and emotionally safe social environments. Positive social support plays an important role in facilitating the recovery of self-disclosure and improving the quality of interpersonal communication. This study concludes that students' self-disclosure is influenced not only by the intensity of online gambling but also by the complex interaction between individual psychological conditions and responses from the social environment.

Keywords: *online gambling, self-disclosure, interpersonal communication,*

ABSTRAK

Perkembangan Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara intensitas keterlibatan mahasiswa dalam judi online dengan tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) dalam komunikasi interpersonal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam terhadap lima informan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember yang memiliki pengalaman keterlibatan judi online dengan intensitas yang berbeda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan intensitas judi online yang tinggi cenderung memiliki tingkat keterbukaan diri yang rendah. Keterlibatan intens dalam judi online mendorong mahasiswa membatasi pengungkapan informasi pribadi sebagai bentuk perlindungan diri dari stigma sosial, penilaian negatif, serta tekanan psikologis. Hambatan keterbukaan diri dipengaruhi oleh faktor-faktor kontekstual, seperti kondisi psikologis yang tidak stabil, tekanan sosial, lingkungan pertemanan, serta pengalaman interpersonal sebelumnya. Sebaliknya, mahasiswa yang telah berhenti dari aktivitas judi online menunjukkan peningkatan keterbukaan diri, terutama ketika berada dalam lingkungan sosial yang suportif dan aman secara emosional. Dukungan sosial yang

positif berperan penting dalam membantu pemulihan keterbukaan diri dan kualitas komunikasi interpersonal. Penelitian ini menyimpulkan bahwa keterbukaan diri mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh intensitas judi online, tetapi juga oleh interaksi kompleks antara kondisi psikologis individu dan respons lingkungan sosialnya.

Kata Kunci: judi online, keterbukaan diri, komunikasi interpersonal

PENDAHULUAN

Pada era masyarakat 5.0, kemajuan teknologi digital telah mengubah cara orang berinteraksi, mendapatkan informasi, dan menikmati hiburan, termasuk pendidikan. Digitalisasi, yang awalnya digunakan untuk membantu pendidikan dan komunikasi, sekarang memungkinkan berbagai perilaku digital yang berbahaya. Meningkatnya praktik judi online yang dapat diakses dengan mudah melalui gawai pribadi, sistem pembayaran digital, dan promosi yang signifikan di media sosial dan aplikasi pesan instan adalah salah satu fenomena yang semakin menonjol.

Dalam beberapa tahun terakhir, ada peningkatan yang signifikan dalam aktivitas judi online di Indonesia. Menurut laporan resmi dari Kementerian Komunikasi dan Informatika, mayoritas pelaku judi online berasal dari kelompok usia produktif, termasuk mahasiswa, yang sering menggunakan internet dan smartphone (Tayyiba et al., 2024). Hasil penelitian empiris yang menunjukkan bahwa kemudahan akses, anonimitas, dan kesan keuntungan instan adalah faktor utama yang mendorong generasi muda untuk bermain judi online (Gainsbury, 2015)

Keterlibatan mahasiswa dalam perjudian internet berdampak pada kesehatan psikologis mereka, serta pola interaksi sosial mereka. Orang-orang yang bermain judi online secara intens cenderung mengalami stres, kecemasan, dan konflik intrapersonal serta cenderung menyembunyikan perilaku tersebut dari orang-orang di sekitar mereka, menurut sejumlah studi (Hing et al., 2018). Rasa malu, ketakutan terhadap stigma sosial, dan kekhawatiran akan dipandang negatif oleh orang lain adalah faktor yang sering menyebabkan sikap menutup diri ini.

Dalam konteks komunikasi interpersonal, keterbukaan diri (*self-disclosure*), juga dikenal sebagai keterbukaan diri, adalah bagian penting dari komunikasi interpersonal untuk membangun hubungan yang sehat, saling percaya, dan suportif. Penelitian komunikasi menunjukkan bahwa keterbukaan diri membantu orang mengelola emosi dan stres melalui dukungan sosial (Fang et al., 2024). Namun, ketika seseorang

memiliki pengalaman atau aktivitas yang dianggap sensitif atau menyimpang secara sosial, kecenderungan mereka untuk menjadi terbuka dapat menurun (Greene et al., 2018).

Mereka yang melakukan perilaku adiktif daring, seperti judi online, cenderung membatasi pengungkapan data pribadi dalam interaksi sosial, menurut penelitian terdahulu. Ini dilakukan untuk melindungi diri sendiri dari konflik, penolakan sosial, dan efek negatif lainnya (Utami et al., 2025). Oleh karena itu, komunikasi interpersonal menjadi kurang terbuka dan hubungan sosial yang terjalin menjadi lebih dangkal.

Mahasiswa sebagai kelompok dewasa awal berada pada fase perkembangan yang menuntut kemampuan menjalin relasi interpersonal yang stabil dan terbuka. Pada tahap ini, teman sebaya dan dukungan sosial sangat penting untuk membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik dan masalah pribadi. Namun, keterlibatan yang intens dalam judi online dapat membuat siswa menjadi lebih introvert, mengurangi interaksi sosial, dan kurang terbuka dalam komunikasi sehari-hari (Azhard et al., 2026).

Fenomena ini sangat relevan di Universitas Muhammadiyah Jember karena mahasiswa dari berbagai latar belakang sosial dan ekonomi sering menggunakan internet dan media digital untuk saling terhubung satu sama lain. Selain itu, karena sebagian siswa tidak memiliki keluarga, mereka cenderung mencari cara untuk melarikan diri dari tekanan akademik dan emosional melalui aktivitas digital. Salah satu bentuk pelarian adalah bermain judi online (Arsyan et al., 2022). Namun, pada saat yang sama, itu juga dapat menimbulkan masalah baru dalam cara siswa berinteraksi satu sama lain (Fanyasa, 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, tampaknya ada hubungan potensial antara intensitas keterlibatan mahasiswa dalam judi online dan tingkat keterbukaan mereka dalam berinteraksi dengan orang lain. Semakin sering siswa bermain judi online, semakin besar kemungkinan mereka membatasi identitas mereka untuk menghindari stigma sosial. Hal ini dapat berdampak pada hubungan sosial yang lebih buruk dan dukungan emosional yang lebih sedikit yang dibutuhkan siswa.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji hubungan antara intensitas judi online dan keterbukaan diri mahasiswa dalam komunikasi interpersonal di Universitas Muhammadiyah Jember. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran praktis tentang bagaimana perilaku digital berisiko

memengaruhi dinamika komunikasi mahasiswa. Selain itu, hasil ini juga dapat berfungsi sebagai dasar untuk upaya pencegahan dan pendampingan di lingkungan perguruan tinggi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman, makna, serta pandangan mahasiswa terkait intensitas keterlibatan dalam judi online dan keterbukaan diri (self-disclosure) dalam komunikasi interpersonal. Pendekatan ini memungkinkan peneliti menggali pengalaman subjektif informan secara komprehensif, sehingga dapat memberikan pemahaman yang utuh terhadap fenomena yang diteliti. Menurut John W. Creswell (2018), penelitian kualitatif berfokus pada pemaknaan yang dibangun individu terhadap pengalaman sosial yang mereka alami, sehingga relevan untuk mengkaji dinamika perilaku dan komunikasi mahasiswa dalam konteks ini (Delmas & Giles, 2023).

Metode yang digunakan adalah wawancara mendalam (in-depth interview) terhadap mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember yang memiliki pengalaman bermain judi online dengan tingkat intensitas yang beragam. Teknik ini dipilih agar peneliti dapat mengeksplorasi secara detail perasaan, motivasi, serta pertimbangan informan dalam mengelola keterbukaan diri mereka. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola-pola perilaku dan komunikasi yang muncul.

Penelitian ini tidak berfokus pada pengukuran numerik maupun pengujian hipotesis, melainkan menekankan pada upaya menyelidiki dinamika perilaku dan pola komunikasi yang terbentuk dari pengalaman mahasiswa. Dengan demikian, pendekatan kualitatif dinilai paling tepat untuk mengungkap hubungan antara praktik judi online dan tingkat self-disclosure, serta memahami bagaimana faktor psikologis dan sosial memengaruhi keterbukaan diri mahasiswa dalam interaksi interpersonal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk memahami fenomena keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas judi online, perlu dilakukan penelaahan mendalam terhadap pengalaman, makna, dan dinamika komunikasi interpersonal yang mereka alami. Data lapangan yang dikumpulkan melalui

wawancara mendalam dengan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember yang memiliki pengalaman langsung terkait judi online menjadi dasar penyusunan hasil penelitian ini. Data tersebut dianalisis dengan pendekatan kualitatif untuk menggambarkan hubungan antara intensitas keterlibatan dalam judi online dan keterbukaan diri (*self-disclosure*) dalam interaksi sosial sehari-hari.

Temuan lapangan yang didapatkan sepanjang proses penelitian menunjukkan bahwa praktik judi online tidak hanya terkait dengan aspek perilaku digital, tetapi juga mempengaruhi kondisi psikologis dan pola komunikasi mahasiswa. Penelitian ini mengungkapkan kecenderungan mahasiswa untuk membatasi pengungkapan informasi pribadi melalui pengalaman personal informan, terutama ketika aktivitas judi online dianggap sensitif dan berpotensi menimbulkan stigma sosial masyarakat.

Dalam komunikasi interpersonal, teori keterbukaan diri (*self-disclosure*) menjelaskan bahwa hubungan antarindividu berkembang seiring dengan bertambahnya kedalaman dan keluasan informasi pribadi yang dibagikan. Dengan membuka diri, seseorang dapat membangun hubungan sosial yang lebih bermakna, serta kepercayaan dan kedekatan emosional. Namun, proses keterbukaan diri tidak selalu bersifat linier, karena sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis, pengalaman pribadi, dan persepsi individu tentang penerimaan sosial dari lingkungan sekitarnya (Altman & Taylor, 1973).

Dalam konteks perilaku menyimpang atau berisiko, seperti perjudian online, individu seringkali menghadapi kendala dalam melakukan keterbukaan diri. Perilaku judi online sering kali dianggap sebagai tindakan negatif yang bertentangan dengan norma sosial, sehingga para pelakunya merasa perlu untuk menyembunyikan informasi tersebut dari lingkungan sosial mereka. Dengan demikian, hubungan antarpersonal yang terbentuk menjadi kurang luas, tidak dalam, dan tidak terlalu terbuka. Berbagai studi sebelumnya mengungkapkan bahwa orang yang terlibat dalam perilaku adiktif biasanya mengalami penurunan tingkat *self-disclosure* akibat rasa takut akan stigma, penilaian negatif, dan konsekuensi sosial lainnya (Nayottama, 2024).

Dengan merujuk pada kerangka pemikiran itu, hipotesis penelitian ini menyebutkan bahwa mahasiswa yang memiliki intensitas tinggi dalam berjudi online cenderung menunjukkan tingkat keterbukaan diri yang rendah dalam komunikasi interpersonal. Hipotesis ini berlandaskan pada anggapan bahwa semakin tinggi tingkat

keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas judi online, semakin besar kecenderungan mereka untuk menutup diri, membatasi informasi pribadi, dan menghindari percakapan mendalam dengan orang-orang di sekitar mereka.

Penelitian ini menganalisis pengaruh keterlibatan mahasiswa dalam judi online terhadap pola keterbukaan diri mereka dalam komunikasi interpersonal sehari - hari, terutama dengan teman, keluarga, dan lingkungan sosial terdekat mereka. Dengan melakukan wawancara mendalam terhadap lima informan mahasiswa yang memiliki latar belakang berbeda dalam keterlibatan judi online, peneliti berusaha memahami pengalaman subjektif mereka dalam mengelola komunikasi dan keterbukaan diri.

Keterbukaan diri (*self-disclosure*) merupakan salah satu konsep utama dalam kajian komunikasi interpersonal. *Self-disclosure* sebagai proses pengungkapan informasi pribadi yang sebelumnya tidak diketahui oleh orang lain. Informasi tersebut dapat mencakup pengalaman, perasaan, pikiran, hingga kondisi personal yang bersifat sensitif (Jourard, 1971). Dalam komunikasi interpersonal, keterbukaan diri berperan penting dalam membangun kepercayaan, kedekatan emosional, dan kualitas hubungan sosial.

Altman dan Taylor (1973) melalui **Teori Penetrasi Sosial** menjelaskan bahwa hubungan antarindividu berkembang secara bertahap melalui proses pengungkapan diri yang semakin dalam dan luas. Pada tahap awal, individu cenderung berbagi informasi yang bersifat umum dan tidak sensitif. Seiring meningkatnya rasa aman dan kepercayaan, individu mulai membuka lapisan informasi yang lebih personal. Namun, proses ini tidak selalu berjalan linier, karena sangat dipengaruhi oleh persepsi risiko, pengalaman sosial, serta konteks lingkungan.

Dalam situasi tertentu, individu justru memilih untuk membatasi keterbukaan diri. Wheelless dan Grotz (1976) menyatakan bahwa *self-disclosure* sangat dipengaruhi oleh persepsi risiko sosial dan evaluasi diri. Ketika individu merasa bahwa pengungkapan informasi pribadi berpotensi menimbulkan konsekuensi negatif, mereka cenderung menerapkan strategi komunikasi defensif, seperti menyaring informasi, membatasi topik pembicaraan, atau bahkan menghindari interaksi sosial yang mendalam.

Kondisi tersebut dapat dijelaskan lebih lanjut melalui **Teori Johari Window** yang dikemukakan oleh Luft dan Ingham (1955). Teori ini membagi kesadaran diri

individu ke dalam empat area, yaitu *open area*, *blind area*, *hidden area*, dan *unknown area*. Dalam konteks keterlibatan judi online, individu cenderung memperluas *hidden area*, yakni area di mana informasi diri diketahui oleh individu tetapi sengaja disembunyikan dari orang lain. Dominasi *hidden area* ini berdampak pada rendahnya kualitas komunikasi interpersonal dan terhambatnya pembentukan kedekatan relasional.

Judi Online sebagai Perilaku Berisiko dan Dampaknya terhadap Komunikasi.

Judi online termasuk dalam kategori perilaku berisiko dan sering dikaitkan dengan stigma sosial serta penilaian moral negatif. Dalam masyarakat, praktik judi kerap dianggap bertentangan dengan norma sosial dan nilai moral, sehingga pelakunya rentan mengalami tekanan sosial dan konflik batin. Pratama dan Widodo (2021) menyebutkan bahwa individu yang terlibat dalam perilaku adiktif cenderung mengalami penurunan tingkat keterbukaan diri akibat rasa takut akan stigma masyarakat dan konsekuensi sosial .

Tekanan sosial tersebut berdampak langsung pada cara individu mengelola komunikasi interpersonal mereka. Individu yang terlibat dalam judi online sering berada dalam dilema antara kebutuhan untuk berbagi pengalaman dan keinginan untuk melindungi diri dari penilaian negatif. Akibatnya, komunikasi yang terbangun menjadi tidak sepenuhnya jujur dan autentik.

Analisis Temuan Lapangan Berdasarkan Perspektif Teoretis.

Berdasarkan hasil wawancara dengan lima informan, ditemukan bahwa mahasiswa dengan intensitas keterlibatan judi online yang tinggi cenderung menunjukkan tingkat keterbukaan diri yang rendah. Informan yang masih aktif berjudi mengaku secara sadar membatasi pembicaraan yang bersifat personal, terutama yang berkaitan dengan kondisi keuangan dan kehidupan pribadi. Salah satu informan menyampaikan bahwa ia lebih memilih “berbicara seperlunya saja” untuk menghindari kemungkinan membuka topik sensitif yang dapat memicu kecurigaan atau penilaian negatif dari orang lain.

Pernyataan tersebut menunjukkan adanya strategi komunikasi defensif, di mana individu mengontrol keluasan dan kedalaman informasi yang dibagikan. Dalam perspektif Wheelless dan Grotz (1976), kondisi ini mencerminkan rendahnya *self-*

disclosure akibat tingginya persepsi risiko sosial. Individu memandang keterbukaan sebagai sesuatu yang berbahaya bagi citra diri mereka, sehingga memilih untuk menahan informasi pribadi miliknya (Bregasi, 2022).

Temuan serupa juga muncul pada informan lain yang masih aktif berjudi. Informan tersebut mengungkapkan bahwa ia lebih memilih “menjaga penampilan” dan bersikap seolah tidak mengetahui dunia perjudian, meskipun secara faktual masih terlibat di dalamnya. Sikap ini menunjukkan adanya upaya mempertahankan citra diri positif di hadapan lingkungan sosial. Dalam konteks teori self-disclosure, hal ini berkaitan dengan kecenderungan individu untuk menghindari identitas diri yang dianggap bermasalah atau menyimpang.

Selain kecemasan terhadap penilaian sosial, rasa bersalah juga muncul sebagai faktor penghambat keterbukaan diri. Salah satu informan menyatakan bahwa kesadaran akan kesalahan pribadi membuatnya merasa berat untuk berbagi cerita dengan orang lain. Konflik internal ini memperkuat kecenderungan individu untuk menyimpan masalah sendiri. Evaluasi diri negatif dapat berfungsi sebagai penghalang intrapersonal yang menghambat proses self-disclosure, karena individu takut pengungkapan diri justru mempertegas identitas negatif yang mereka rasakan (Derlega et al., 1993).

Hambatan Keterbukaan Diri pada Mahasiswa yang Telah Berhenti Berjudi.

Menariknya, hambatan keterbukaan diri tidak hanya dialami oleh mahasiswa yang masih aktif berjudi, tetapi juga oleh mereka yang telah berhenti. Informan yang sudah tidak lagi terlibat judi online mengungkapkan bahwa kebiasaan menutup diri yang terbentuk di masa lalu masih terbawa hingga saat ini. Rasa malu dan ketakutan akan penilaian sosial membuat mereka tetap enggan membicarakan pengalaman masa lalu, bahkan kepada orang terdekat.

Fenomena ini menunjukkan adanya **hambatan residual**, yaitu hambatan keterbukaan diri yang tetap bertahan meskipun perilaku berisiko telah dihentikan. Dalam perspektif komunikasi interpersonal, pengalaman masa lalu yang penuh stigma dapat membentuk pola komunikasi yang relatif menetap dan sulit diubah dalam waktu singkat (Corrigan & Rao, 2012). Hal ini juga menegaskan bahwa dampak judi online tidak bersifat situasional semata, melainkan dapat memengaruhi pola komunikasi jangka panjang.

Dalam kerangka Teori Johari Window, kondisi ini menunjukkan bahwa *hidden area* tetap mendominasi meskipun ancaman sosial yang sebenarnya telah berkurang. Informasi mengenai masa lalu tetap dianggap sensitif dan berisiko, sehingga individu memilih untuk tidak membukanya.

Kepercayaan Interpersonal dan Penghindaran Sosial

Selain stigma dan rasa bersalah, rendahnya kepercayaan interpersonal juga menjadi faktor penting yang memengaruhi keterbukaan diri. Beberapa informan mengungkapkan kekhawatiran bahwa informasi pribadi yang mereka bagikan dapat disebarkan kepada pihak lain. Ketakutan ini mendorong individu untuk semakin berhati-hati dalam berkomunikasi dan membatasi kedalaman hubungan sosial.

Dalam kajian komunikasi interpersonal, kepercayaan merupakan prasyarat utama bagi terjadinya keterbukaan diri. Ketika kepercayaan rendah, individu cenderung menutup diri sebagai bentuk perlindungan. Akibatnya, hubungan sosial yang terbangun bersifat dangkal dan tidak berkembang menuju kedekatan emosional (Batool et al., 2025).

Pada tingkat yang lebih ekstrem, hambatan keterbukaan diri dapat berkembang menjadi penghindaran sosial. Salah satu informan mengungkapkan bahwa tekanan emosional akibat harus “berpura-pura baik-baik saja” membuatnya memilih untuk menjauh dari lingkungan pertemanan. Penghindaran ini bukan hanya bertujuan menyembunyikan informasi pribadi, tetapi juga sebagai cara mengurangi kelelahan emosional.

Dalam perspektif Teori Penetrasi Sosial, kondisi ini menunjukkan terhentinya proses penetrasi sosial, di mana hubungan tidak berkembang bahkan pada lapisan komunikasi yang bersifat umum. Komunikasi interpersonal tidak lagi berfungsi sebagai sarana pertukaran makna dan dukungan emosional, melainkan justru menjadi sumber tekanan.

Sintesis Temuan dan Implikasi Teoretis

Secara sintesis, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa hambatan self-disclosure akibat keterlibatan judi online berada dalam suatu spektrum. Pada tahap awal, hambatan muncul dalam bentuk kecemasan dan rasa bersalah yang mendorong

individu untuk menyaring informasi pribadi. Pada tahap selanjutnya, hambatan berkembang menjadi pola komunikasi tertutup yang bertahan meskipun aktivitas judi telah dihentikan. Pada tahap paling kompleks, hambatan tersebut berkembang menjadi penghindaran sosial dan keterputusan hubungan interpersonal.

Temuan ini memperkuat landasan teoretis bahwa perilaku adiktif berkontribusi terhadap penurunan kualitas komunikasi interpersonal melalui pembatasan keterbukaan diri. Judi online berperan sebagai faktor yang memperluas *hidden area* dalam Johari Window, menghambat proses penetrasi sosial, serta mendorong individu menerapkan strategi komunikasi defensif.

Dengan demikian, intensitas keterlibatan mahasiswa dalam judi online memiliki hubungan yang erat dengan rendahnya tingkat keterbukaan diri dalam komunikasi interpersonal. Dampak judi online tidak hanya terbatas pada aspek perilaku dan psikologis, tetapi juga membentuk pola komunikasi yang tertutup dan berpotensi mengarah pada isolasi sosial. Meskipun strategi komunikasi tersebut berfungsi sebagai mekanisme perlindungan diri, dalam jangka panjang kondisi ini justru melemahkan kualitas hubungan interpersonal dan mengurangi dukungan sosial yang dibutuhkan mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan melalui pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas keterlibatan mahasiswa dalam judi online dengan tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) dalam komunikasi interpersonal. Semakin tinggi intensitas keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas judi online, semakin besar kecenderungan mereka untuk membatasi pengungkapan diri dalam interaksi sosial, baik dengan teman sebaya maupun keluarga.

Temuan ini sejalan dengan Teori *Self-Disclosure* yang menyatakan bahwa individu akan mempertimbangkan risiko dan manfaat sebelum mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain (Jourard, 1971). Dalam konteks mahasiswa yang terlibat judi online, aktivitas tersebut dipersepsikan sebagai perilaku menyimpang secara sosial, sehingga memunculkan kekhawatiran akan penilaian negatif, stigma, dan konsekuensi sosial lainnya. Akibatnya, mahasiswa cenderung menutup diri, menyaring informasi yang dibagikan, serta menghindari percakapan yang berpotensi mengarah pada pembahasan kehidupan pribadi mereka.

Selain itu, hasil penelitian ini juga mendukung Teori Penetrasi Sosial yang dikemukakan oleh Altman dan Taylor (1973), yang menjelaskan bahwa kedalaman dan keluasan hubungan interpersonal berkembang secara bertahap seiring meningkatnya rasa aman dan kepercayaan. Mahasiswa dengan intensitas judi online yang tinggi menunjukkan pola komunikasi yang bersifat dangkal dan defensif, di mana hubungan interpersonal cenderung berhenti pada lapisan permukaan (*surface level*). Hal ini terjadi karena adanya persepsi risiko sosial yang tinggi, sehingga individu secara sadar membatasi penetrasi komunikasi ke tingkat yang lebih dalam.

Berdasarkan hasil wawancara, sebagian besar informan mengungkapkan bahwa keterlibatan mereka dalam judi online menimbulkan tekanan psikologis berupa kecemasan, rasa bersalah, serta ketakutan diketahui oleh lingkungan sekitar. Kondisi ini mendorong mereka untuk menjaga jarak secara emosional dan menghindari diskusi yang bersifat personal. Beberapa informan menyatakan bahwa mereka lebih memilih berbohong, mengalihkan topik pembicaraan, atau bersikap pasif dalam komunikasi sebagai strategi untuk melindungi diri dan menjaga citra sosial. Pola ini menunjukkan adanya strategi komunikasi defensif, di mana individu secara aktif mengontrol informasi demi meminimalkan risiko sosial.

Temuan ini juga menguatkan konsep hambatan psikososial dalam keterbukaan diri, yang meliputi kecemasan sosial, rasa malu, dan konflik internal. Mahasiswa yang masih aktif berjudi online cenderung mengalami ketegangan antara keinginan untuk diterima secara sosial dan ketakutan akan penolakan. Ketegangan tersebut berdampak pada rendahnya kualitas komunikasi interpersonal, ditandai dengan keterbatasan ekspresi emosi, kurangnya kejujuran, serta minimnya keterlibatan emosional dalam hubungan sosial.

Sebaliknya, mahasiswa yang telah mengurangi atau menghentikan keterlibatan dalam judi online menunjukkan perubahan yang cukup signifikan dalam pola komunikasi mereka. Berdasarkan hasil wawancara, informan dalam kategori ini cenderung lebih terbuka dalam mengungkapkan perasaan, pengalaman, dan pandangan pribadi kepada orang-orang terdekat. Lingkungan pertemanan yang suportif serta pengalaman interaksi yang positif berperan penting dalam membangun kembali rasa aman psikologis, sehingga memungkinkan terjadinya *self-disclosure* yang lebih sehat

dan reflektif. Hal ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri bersifat dinamis dan dapat berubah seiring dengan perubahan kondisi psikologis dan sosial individu.

Lebih lanjut, penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara intensitas judi online dan keterbukaan diri tidak bersifat linear sederhana, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor kontekstual. Faktor-faktor tersebut meliputi tekanan sosial, kondisi kesehatan mental, dukungan sosial, serta pengalaman interpersonal sebelumnya. Mahasiswa yang berada dalam lingkungan sosial yang cenderung menghakimi akan lebih rentan mengembangkan pola komunikasi tertutup, sementara lingkungan yang memberikan dukungan emosional dan penerimaan sosial dapat menjadi faktor protektif yang mendorong keterbukaan diri.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa keterbukaan diri mahasiswa dalam komunikasi interpersonal dipengaruhi oleh kombinasi antara perilaku judi online, kondisi psikologis individu, serta respons lingkungan sosial. Mahasiswa menerapkan strategi komunikasi yang bersifat selektif, defensif, dan reflektif sebagai bentuk adaptasi terhadap tekanan internal dan eksternal yang mereka hadapi. Oleh karena itu, upaya penanganan perilaku judi online pada mahasiswa tidak hanya perlu difokuskan pada aspek perilaku semata, tetapi juga pada penguatan dukungan psikososial dan pengembangan komunikasi interpersonal yang sehat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi intensitas keterlibatan mahasiswa dalam judi online, semakin rendah tingkat keterbukaan diri (*self-disclosure*) mereka dalam komunikasi interpersonal. Mahasiswa yang aktif berjudi cenderung membatasi pengungkapan informasi pribadi dan menggunakan strategi komunikasi defensif sebagai bentuk perlindungan diri dari stigma sosial dan penilaian negatif, sejalan dengan teori *self-disclosure* dan Teori Penetrasi Sosial.

Hambatan psikososial seperti kecemasan, rasa bersalah, dan tekanan sosial berperan signifikan dalam membatasi keterbukaan diri mahasiswa. Sebaliknya, mahasiswa yang telah berhenti dari aktivitas judi online menunjukkan peningkatan kemampuan membuka diri dan kualitas hubungan interpersonal, terutama dalam lingkungan sosial yang suportif.

Secara keseluruhan, keterbukaan diri mahasiswa dipengaruhi oleh interaksi kompleks antara intensitas judi online, kondisi psikologis individu, dan respons lingkungan sosial, sehingga strategi komunikasi yang diterapkan bersifat selektif dan adaptif terhadap tekanan yang dihadapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social penetration: The development of interpersonal relationships*. Holt, Rinehart & Winston.
- Arsyan, A., Subagyo, M., & Astuti, L. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Mahasiswa Melakukan Perjudian Online. *Indonesian Journal of Criminal Law and Criminology*, 3(3), 180–189. <https://doi.org/10.18196/ijclc>
- Azhard, A., Pratama, H., & Nabawy, P. (2026). Analisis Dampak Judi Online Berbasis Aktivitas Digital terhadap Kesehatan Mental dan Perilaku Sosial Generasi Muda di Indonesia. *Modem: Jurnal Informatika Dan Sains Teknologi*, 4(1), 138–150.
- Batool, A., Aziz, A., Shafiq, N., & Rahman, T. ur. (2025). Trust, Intimacy, and Their Impact on Spousal Relationships among Older Adults: Examining Key Psychological Dynamics. *Social Science Review Archives*, 3(1), 224–231. <https://doi.org/10.70670/sra.v3i1.301>
- Bregasi, L. (2022). The Relationship between peer Mentor relevant Self-Disclosure on the Relational Satisfaction of the Students, Mediated by Trust. In *Self-Disclosure and Relation Satisfaction*.
- Corrigan, P. W., & Rao, D. (2012). On the Self-Stigma of Mental Illness: Stages, Disclosure, and Strategies for Change. *Can J Psychiatry*, 57(8), 464–469. <https://doi.org/10.1177/070674371205700804>
- Delmas, P. M., & Giles, R. L. (2023). Qualitative, Multimethod, and Mixed Methods Research. In *International Encyclopedia of Education* (Fourth Edi, pp. 24–32). Elsevier. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818630-5.11003-6>
- Derlega, V. J., Metts, S., Petronio, S., & Margulis, S. T. (1993). *Self-Disclosure*. SAGE Publications.
- Fang, M., Hu, W., & Xie, Z. (2024). Relationships among self-disclosure, social support and psychological distress in caregivers of patients with advanced lung cancer: A mediating model. *European Journal of Oncology Nursing*, 72. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2024.102677> External Link

- Fanysa, S. (2022). Hubungan Self Disclosure Dengan Intimasi Pertemanan Pada Mahasiswa BK Di IAIN Bukittinggi. *PESHUM Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 1(2), 86–91. <https://doi.org/10.56799/peshum.v1i2.63>
- Gainsburry. (2015). Online Gambling Addiction: The relationship between Internet gambling and disordered gambling. *Currents Addiction Reports*, 2(2), 185–193. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0057-8>
- Greene, K., Derlega, V. J., & Matthews, A. (2018). Self-Dislosure in Personal. In *The Cambridge Handbook of Personal Relationships* (pp. 409–427). Derlega, V. J., Winstead, B. A., Wong, P. T. P., & Greenspan, M. (2018). Self-disclosure and relationship development. Routledge.
- Hing, N., Russell, A. M. T., Lamont, M., & Vitartas, P. (2018). How online sport bettors respond to gambling promotions and whether their responses vary by gambling severity. *Journal of Gambling Studies*, 33, 1051–1065. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1007/s10899-017-9671-9>
- Jourard, S. M. (1971). *Self-disclosure; an experimental analysis of the transparent self*. Wiley-Interscience.
- Nayottama, N. Z. (2024). Dampak Judi Online terhadap Kondisi Finansial , Hubungan Sosial , dan Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Studi Ilmu Pengetahuan Sosial*, 5(2), 158–169.
- Tayyiba, M., Anita, R., & P, A. B. (2024). *Berantas Bahaya Judi Online* (Vol. 66). https://jdih.komdigi.go.id/storage/file-artikel-hukum/1737602007-KOMINFONEXT_EDISI_66_JUNI_2024.pdf
- Utami, T., Suryani, Y. E., Marjukah, A., & Purwaningsih, (4) Danik Eka. (2025). Online Gambling Consumer Behavior: Addiction, Social Stigma, Psychological Distress, and Gender Differences. *Journal of Psychological Perspective*, 7(4), 349–360. <https://doi.org/https://doi.org/10.47679/jopp.7412702025>