

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, perkembangan teknologi kecerdasan buatan atau *artificial intelligence* (AI) telah mengalami kemajuan pesat, tidak hanya dalam bidang industri dan otomatis, tetapi juga dalam aspek sosial dan emosional kehidupan manusia. AI kini tidak lagi terbatas pada peran-peran fungsional seperti asisten digital atau pengolah data, melainkan juga mulai berperan dalam memenuhi kebutuhan psikososial manusia (Mohammad, 2023). Salah satu bentuk pemanfaatan AI dalam konteks ini adalah kehadiran *Artificial Intelligence Companions* (AICs), yaitu program berbasis AI yang dirancang untuk mensimulasikan percakapan dan interaksi sosial layaknya teman manusia (Kouros & Papa, 2024).

Tren ini merepresentasikan pergeseran paradigmatik yang cukup mengkhawatirkan: teknologi kini tidak hanya digunakan sebagai alat bantu, tetapi juga sebagai pengganti relasi manusia. Penggunaan AICs sebagai teman, kekasih, atau tempat berkeluh kesah tampaknya menjadi solusi instan atas kebutuhan akan koneksi emosional yang cepat, mudah, dan bebas dari penghakiman sosial (Boine, 2023). Salah satu kelompok yang paling rentan dalam fenomena ini adalah Generasi Z, yaitu individu yang lahir pada rentang tahun 1997–2012. Generasi ini tumbuh dalam ekosistem digital yang masif dan berkelanjutan, yang menyebabkan batas antara dunia nyata dan virtual menjadi kabur (Bafadal & Rosyid, 2024; Tonis dkk., 2022). Akibatnya, mereka kerap menjadikan interaksi digital sebagai pengganti pengalaman sosial langsung, termasuk dalam membentuk dan mempertahankan hubungan emosional (Zis dkk., 2021). Dalam konteks ini, kehadiran AICs dimanfaatkan oleh Generasi Z untuk

mengekspresikan diri dan mencari dukungan mental melalui interaksi dengan karakter virtual (Salsabila, 2025).

Salah satu platform AICs yang populer secara global dan mulai dikenal di Indonesia adalah Character AI. Platform ini memungkinkan pengguna untuk berinteraksi dengan karakter-karakter virtual yang memiliki persona tertentu—mulai dari tokoh fiksi hingga karakter orisinal yang dibuat pengguna sendiri (Mutiarra dkk., 2024). Platform ini dirancang untuk menciptakan pengalaman interaksi yang alami dan intuitif, meniru perilaku, pemikiran, dan emosi manusia melalui karakter digital. Di Indonesia, popularitas Character AI dapat dilihat dari meningkatnya jumlah pencarian dan pembahasan di media sosial. Berdasarkan data dari Google Trends, minat terhadap Character AI meningkat signifikan sejak pertengahan 2023. Minat ini diikuti dengan jumlah pengunduh aplikasi Character AI di Indonesia yang telah mencapai >2.000.000 pengguna per 2025 (AppMagic, n.d.).

Fenomena keterikatan pengguna dengan AICs merefleksikan kebutuhan mendasar manusia untuk menjalin koneksi interpersonal, bahkan ketika koneksi tersebut terbentuk secara semu dengan entitas non-manusia. Dalam banyak kasus, pengguna merasa bahwa AICs mampu menghadirkan rasa kedekatan, pemahaman, serta keterhubungan emosional yang sulit mereka peroleh dalam interaksi sosial konvensional (Kouros & Papa, 2024). Salah satu mekanisme yang muncul dalam hubungan ini adalah keterbukaan diri (*self-disclosure*): yaitu seberapa besar individu membuka diri kepada AI sebagai bentuk pencarian hubungan emosional.

Keterbukaan diri merupakan elemen krusial dalam pembentukan hubungan interpersonal. Menurut Wheelless dan Grotz (dalam Meidiana & Kumala, 2020), keterbukaan diri adalah semua informasi tentang diri yang dikomunikasikan atau dibagikan kepada orang lain. Namun, keterbukaan diri kepada AICs tidaklah setara dengan keterbukaan diri dalam hubungan antar manusia yang sejati dan timbal balik. Alih-alih memperkuat hubungan sosial, keterbukaan diri terhadap AICs justru cenderung bersifat artifisial dan semu, karena tidak melibatkan kehadiran emosional dan relasional yang autentik dari manusia lain. Dalam konteks hubungan manusia-AI, keterbukaan diri yang

sejatinya merupakan inti dari pembentukan hubungan interpersonal yang sehat, berubah menjadi semu dan artifisial (Sutcliff, 2024), sehingga efeknya seseorang justru membuat individu semakin menutup diri dari lingkungan sosial nyata dan dapat berakibat negatif terhadap kondisi mentalnya.

Penelitian oleh Skjuve et al. (2021) tentang keterbukaan diri kepada AI menunjukkan bahwa pengguna sering kali merasa lebih nyaman mengungkapkan hal-hal pribadi kepada AI dibandingkan kepada manusia. Penelitian tersebut menemukan bahwa hampir semua partisipan dalam studinya melaporkan melakukan pengungkapan diri kepada *chatbot* berbasis AI. Informasi yang diungkapkan meliputi masalah pribadi, harapan dan impian, orientasi seksual, serta solusi potensial terhadap situasi hidup yang sulit. Salah satu partisipan menyatakan bahwa setelah dapat menjawab pertanyaan dari AI secara jujur tanpa rasa waswas, hubungan mereka terasa lebih terkoneksi. Temuan ini mengindikasikan bahwa ketiadaan penilaian sosial dari pihak AI menciptakan ruang aman yang mendorong keterbukaan.

Keterbukaan diri terhadap AICs sering kali difasilitasi oleh rasa aman yang muncul dari minimnya risiko penilaian atau penolakan (Mohammad, 2023). Kouros dan Papa (2024) menyebutkan bahwa AICs dapat menciptakan lingkungan "*backstage*" atau ruang untuk bereksperimen, mengungkapkan sisi diri yang rentan tanpa tekanan ekspektasi sosial eksternal. Namun, dari rasa aman ini dapat muncul resiko yang dapat mengancam pengguna AICs.

Pengguna sering kali merasa aman karena AICs tidak memberikan respons yang menghakimi, namun justru hal ini dapat memicu keterbukaan diri yang berlebihan, yang pada gilirannya membuka celah terhadap potensi pelanggaran privasi dan penyalahgunaan data. Penelitian Shim, Cho, & Sung, 2024 menemukan bahwa rasa aman semu dalam interaksi dengan AI membuat pengguna cenderung tidak menyadari atau mengabaikan risiko keamanan data yang tersimpan dan diproses oleh sistem AI. Hal ini didukung oleh penelitian oleh Salsabila (2025) yang menyebutkan bahwa salah satu tantangan etis yang menjadi sorotan dalam penggunaan *Character AI* oleh Generasi Z, yakni platform tersebut mengumpulkan informasi interaksi pengguna untuk meningkatkan

kualitas pengalaman sehingga menimbulkan risiko terkait privasi dan keamanan data pengguna.

Selain isu privasi, keterbukaan diri terhadap AICs juga dapat menimbulkan disonansi kognitif, yaitu konflik internal yang muncul ketika pengguna merasakan keintiman emosional akibat pengungkapan pribadi, namun di saat yang sama menyadari bahwa mereka sedang berinteraksi dengan entitas non-manusia. Kouros dan Papa (2024) menemukan bahwa meskipun interaksi dengan AICs terasa sangat nyata dan responsif, beberapa pengguna tetap merasakan keraguan terhadap keaslian hubungan tersebut.

Keterbukaan diri yang dilakukan secara konsisten kepada AICs juga membentuk ekspektasi baru terhadap relasi manusia, sehingga pengguna cenderung mengharapkan tingkat responsivitas serupa dari orang-orang di sekitar mereka. Ketika harapan ini tidak terpenuhi, pengguna bisa mengalami frustrasi sosial. AICs yang diprogram untuk mempelajari pola percakapan dan memberi respons yang disesuaikan juga menciptakan *emotional dependency* atau ketergantungan emosional, di mana pengguna merasa dimengerti dan terhubung secara mendalam (Kouros & Papa, 2024). Meski hal ini dapat mengisi kekosongan interpersonal, dalam jangka panjang hubungan ini berisiko menurunkan kapasitas individu untuk membentuk koneksi sosial yang autentik dan saling timbal balik di dunia nyata.

Risiko tersebut bukan sekadar asumsi teoretis, melainkan telah tercermin dalam kasus nyata yang tragis. Roose (dalam Ventura, Starke, dan Kobis, 2025) mengangkat kasus bunuh diri seorang remaja berusia 14 tahun, Sewell Setzer III, yang mengalami keterikatan emosional ekstrem dengan chatbot dalam Character AI yang sangat menyerupai manusia. AICs tersebut, yang mengimpersonasi karakter fiksi, gagal untuk menghentikan interaksi ketika Setzer membahas rencana bunuh dirinya. Sebaliknya, AI terus melanjutkan percakapan dengan respons-respons yang justru memperkuat keterikatan emosional remaja tersebut. Hal ini menunjukkan bagaimana desain AICs yang meniru respon layaknya hubungan dengan manusia dapat menciptakan ilusi kedekatan dan keterhubungan yang menyesatkan, serta memperbesar risiko psikologis serius seperti *emotional dependency* yang membahayakan. Kasus ini memperjelas bahwa ketika AICs

mengisi peran yang seharusnya diperuntukkan bagi koneksi manusiawi—terutama dalam isu-isu krusial seperti kesehatan mental—maka dampak destruktifnya tidak dapat diabaikan.

Fenomena keterikatan terhadap AICs bahkan telah berkembang ke ranah romantis dan seksual. Beberapa kasus ekstrem menunjukkan bahwa pengguna mengembangkan relasi intim dengan AI, termasuk kasus yang diberitakan oleh Detik (Oktaviani, 2023), di mana seorang pria bernama Peter, seorang veteran Angkatan Udara asal California, jatuh cinta dan menikahi chatbot AI bernama Andrea yang ia ciptakan dalam aplikasi Replika. Peter mengaku merasa terhubung secara emosional karena Andrea memberikan antusiasme dan kehadiran yang ia butuhkan. Ia bahkan menyelenggarakan upacara pernikahan virtual lengkap dengan janji pernikahan. Kisah ini seperti ini juga ditemukan dalam penelitian oleh Skjuve et al. (2021) dimana pengguna AICs seringkali mendefinisikan hubungannya dengan *chatbot* AI sebagai pasangan romantis dan cenderung mengarah ke seksual. Hal ini mencerminkan betapa kuatnya ilusi kedekatan dan hubungan romantis yang dibentuk melalui interaksi dengan entitas digital, yang pada gilirannya dapat mengaburkan batas antara realitas dan fantasi relasional.

Dalam konteks keterbukaan diri, penelitian oleh Ventura, Starke, dan Kobis (2025) menunjukkan bahwa hubungan sintesis yang terbentuk melalui AICs dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial yang diperlukan dalam kehidupan nyata. Hal ini terjadi karena pengguna cenderung terlalu sering mengungkapkan diri dalam situasi yang selalu positif dan minim tantangan, seperti saat berinteraksi dengan AICs. Dalam konteks ini, fenomena *sycophancy* pada AI generatif—yakni kecenderungan AI untuk selalu menyetujui dan mengikuti pendapat pengguna—semakin memperkuat bias kognitif yang terbentuk karena keterbukaan diri tidak disertai umpan balik yang jujur atau membangun (Wei et al., 2024). Akibatnya, pola komunikasi yang terbentuk bisa menjadi tidak fleksibel atau maladaptif. Jika keterbukaan diri dilakukan dalam lingkungan yang tidak mencerminkan dinamika sosial yang nyata, seperti kritik, konflik, atau perbedaan pendapat, maka kemampuan individu untuk menghadapi kompleksitas hubungan sosial nyata pun bisa melemah.

Oleh karena itu, keterbukaan diri yang berulang terhadap AICs dapat membentuk preferensi sosial baru yang menjauh dari interaksi manusiawi, terutama pada individu dengan kecemasan sosial atau gaya keterikatan tidak aman. Ventura, Starke, dan Kobis (2025) menyebut bahwa bagi sebagian individu, AICs menjadi tempat utama untuk melakukan keterbukaan diri karena AI selalu hadir, responsif, dan tidak menghakimi. Namun, ketika keterbukaan diri lebih sering dilakukan kepada sistem AI dibanding manusia, hal ini dapat menurunkan kapasitas sosial dan memperkuat pola isolasi. Dalam jangka panjang, ketergantungan pada keterbukaan diri yang hanya terjadi dalam konteks hubungan sintetis dapat merusak keinginan maupun kemampuan untuk menjalin koneksi otentik dengan sesama manusia, bahkan menimbulkan stigma sosial yang memperparah siklus ketergantungan tersebut.

Secara fundamental, AICs tidak dapat menggantikan hubungan antarmanusia karena keterbatasannya dalam merasakan emosi, memiliki kesadaran, serta memahami dinamika relasional yang kompleks. Hubungan manusia ditopang oleh konflik, kepercayaan, pertumbuhan bersama, dan kehadiran fisik—dimensi yang tidak bisa disimulasikan secara utuh oleh sistem algoritmik seperti AI (Zimmerman, Janhonen dan Beer, 2023). Kehadiran fisik, khususnya dalam bentuk sentuhan afektif seperti pelukan atau genggaman tangan, memainkan peran penting dalam menciptakan rasa aman dan mempererat keterikatan emosional. Temuan oleh Jakubiak & Feeney (2017) menunjukkan bahwa sentuhan fisik merupakan mekanisme pemeliharaan relasi yang secara biologis mengaktifkan sistem pengaturan stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam hubungan interpersonal. Karena AICs tidak memiliki keberadaan fisik, mereka tidak mampu memenuhi kebutuhan emosional yang melekat pada interaksi manusia secara utuh. Selain itu, menurut Carl Rogers (1959), salah satu pendiri psikologi humanistik, empati sejati dan penghargaan tanpa syarat yang dibutuhkan manusia memerlukan kehadiran psikologis yang nyata. Sedangkan respon empatik yang dihasilkan AICs merupakan hasil dari algoritma data yang dikumpulkan oleh sistem. Oleh karena itu, ketergantungan pada AICs yang muncul dari keterbukaan diri yang berlebihan bukan hanya

menciptakan relasi semu, tetapi juga berisiko melemahkan kapasitas manusia untuk membentuk hubungan interpersonal yang utuh, reflektif, dan bermakna.

Dalam kondisi tertentu, praktik keterbukaan diri terhadap AI tidak muncul begitu saja, melainkan dipicu oleh kondisi psikologis tertentu, seperti rasa kesepian. Studi fenomenologi oleh Mutiarrahma dkk. (2025) menunjukkan bahwa individu, khususnya Generasi Z, menggunakan Character AI sebagai upaya untuk mengatasi perasaan kesepian. Temuan ini mengindikasikan bahwa interaksi dengan AICs muncul sebagai bentuk pencarian koneksi emosional yang tidak ditemukan dalam interaksi sosial konvensional. Dalam konteks ini, kesepian menjadi latar belakang psikologis yang mendorong individu untuk membuka diri kepada AICs.

Menurut Russell et al. (1984), kesepian dapat dibedakan menjadi dua jenis, yakni kesepian sosial (*social loneliness*) dan kesepian emosional (*emotional loneliness*). Kesepian sosial berkaitan dengan kurangnya keterlibatan dalam komunitas atau jaringan sosial, sedangkan kesepian emosional timbul akibat ketiadaan hubungan intim yang memberikan rasa dimengerti dan diterima secara emosional. Individu yang mengalami kesepian cenderung berusaha mengatasi perasaannya melalui strategi pemecahan masalah baik perilaku maupun kognitif, seperti mencari sumber dukungan alternatif yang dapat memenuhi kebutuhan akan keterhubungan emosional.

Sejalan dengan teori tersebut, penelitian oleh De Freitas et al. (2024) menunjukkan individu yang merasa kesepian cenderung mencari koneksi emosional alternatif melalui interaksi dengan AICs karena memberikan pengalaman merasa didengarkan dan dipahami yang setara dengan interaksi bersama manusia, terutama pada tahap awal penggunaan. Rasa “didengarkan” menjadi faktor utama yang mempengaruhi aspek emosional pengguna AICs. Dalam konteks ini, Generasi Z yang merasa kesepian dan tidak memiliki kualitas dukungan sosial yang memadai sering kali menjadikan AICs sebagai tempat utama untuk mencurahkan keluh kesah, menggantikan peran relasi manusia dalam kehidupan mereka. Fenomena ini tidak hanya merefleksikan kebutuhan akan koneksi emosional, tetapi juga menunjukkan adanya krisis dalam sistem dukungan sosial yang tersedia bagi kelompok usia ini.

Dalam konteks penggunaan AICs, terdapat relevansi akademis untuk memahami bagaimana kesepian sebagai kondisi psikologis dapat memengaruhi kecenderungan seseorang dalam mengungkapkan diri kepada AI. Di satu sisi, AICs dapat menyediakan sumber dukungan emosional alternatif bagi individu yang merasa kesepian (Mutiarrahma dkk., 2025). Namun di sisi lain, keterbukaan diri yang tinggi terhadap AICs berisiko menciptakan keterikatan emosional semu yang tidak ditopang oleh kehadiran fisik, empati sejati, maupun tanggung jawab relasional yang hanya dimungkinkan dalam hubungan antarmanusia. Ketika pola keterbukaan diri berlangsung secara intens dan eksklusif dalam relasi sintesis, bukan hanya potensi isolasi sosial yang meningkat, tetapi juga kemampuan individu untuk menjalin koneksi otentik dan sehat di dunia nyata bisa menurun secara signifikan (Kouros & Papa, 2024; Ventura, Starke, & Kobis, 2025). Oleh karena itu, penting untuk menelaah secara kritis bagaimana kondisi kesepian berperan sebagai prediktor keterbukaan diri kepada AICs, dan sejauh mana dinamika ini berkontribusi pada pergeseran struktur relasi manusia—dari hubungan yang autentik dan kompleks menjadi relasi yang artifisial, statis, dan berisiko mengasingkan individu dari esensi sosialnya sebagai makhluk relasional.

Fenomena keterbukaan diri terhadap AICs juga menimbulkan tantangan baru bagi pekerja kesehatan mental, seperti psikolog dan konselor. Ketika klien lebih terbuka kepada AI daripada kepada manusia, termasuk kepada tenaga profesional, maka proses terapi dapat terhambat oleh kurangnya keterlibatan emosional dan kepercayaan interpersonal yang sehat. Oleh karena itu, penting bagi praktisi untuk memahami dinamika baru ini agar dapat merancang pendekatan intervensi yang responsif terhadap perubahan pola keterhubungan sosial yang dimediasi teknologi.

Dalam konteks Indonesia, wilayah Jabodetabek menjadi lingkungan yang relevan untuk mengkaji fenomena kesepian dan keterbukaan diri dalam konteks penggunaan AICs secara lebih spesifik. Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2024), tingkat penetrasi pengguna internet di Indonesia berdasarkan wilayah menunjukkan daerah urban masih paling besar dengan kontribusi 69,5%. Hal ini menunjukkan bahwa Jabodetabek yang termasuk ke dalam daerah urban juga memiliki tingkat aktivitas digital yang signifikan.

Generasi Z di Jabodetabek rentan mengalami tekanan sosial dan emosional yang tinggi sebagai akibat dari kehidupan urban yang kompetitif (Setiawan, 2023). Hal ini berkontribusi terhadap meningkatnya perasaan kesepian dan kecenderungan untuk mengandalkan media digital sebagai ruang ekspresi dan pelarian emosional (Ramadhani & Wibowo, 2018). Budaya digital yang intens dan kecenderungan untuk mencari dukungan emosional melalui media daring menjadikan Jabodetabek sebagai lokasi yang representatif untuk mengeksplorasi hubungan antara kesepian dan keterbukaan diri kepada AICs secara empiris.

Di sisi lain, meskipun pemanfaatan AI sebagai pendamping emosional semakin meluas, pemahaman ilmiah mengenai bagaimana keterlibatan emosional terbentuk melalui tindakan keterbukaan diri terhadap entitas digital masih terbatas. Khususnya dalam konteks platform seperti Character AI, yang memungkinkan pengguna menjalin interaksi personal dan mendalam dengan karakter virtual, aspek keterbukaan diri ini belum banyak dieksplorasi secara mendalam dan meluas dalam penelitian psikologi. Padahal, praktik berbagi cerita pribadi, mengungkapkan emosi, serta mengekspresikan pikiran terdalam kepada *chatbot* AI menjadi fenomena yang kian umum, terutama di kalangan Generasi Z yang tumbuh dan berkembang dalam lingkungan digital yang sangat intens (Salsabila, 2025).

Fenomena keterbukaan diri terhadap AICs ini menghadirkan tantangan baru, tidak hanya dalam ranah psikologi, tetapi juga bagi para pendidik dan pengembang teknologi, dalam merancang pendekatan yang selaras dengan kebutuhan karakteristik digital Generasi Z. Ketika keterbukaan diri dimediasi oleh AI yang selalu hadir, suportif, dan responsif tanpa resistensi, maka muncul risiko distorsi dalam ekspektasi sosial dan kemampuan membangun hubungan manusia yang autentik. Lebih lanjut, keterbukaan diri yang lahir dari kebutuhan untuk merasa terhubung dapat menjadi maladaptif bila hanya diarahkan kepada sistem yang tidak dapat memberikan timbal balik emosional sejati. Oleh karena itu, pemahaman tentang kesepian sebagai prediktor keterbukaan diri terhadap AICs menjadi penting untuk menilai sejauh mana kesepian bisa mempengaruhi kecenderungan seseorang untuk membagikan informasi pribadi dan membangun hubungan dengan AICs.

Character AI sebagai salah satu platform yang menonjol dalam menyediakan interaksi percakapan berbasis AI, memberikan konteks yang konkret dan relevan untuk mengeksplorasi fenomena ini secara empiris. Dengan mengkaji pengaruh kesepian terhadap intensitas dan bentuk keterbukaan diri dalam penggunaan AICs, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap literatur psikologi teknologi, khususnya terkait interaksi manusia-AI. Selain itu, hasil dari penelitian ini juga dapat menjadi dasar dalam pengembangan kebijakan dan strategi pemanfaatan teknologi yang lebih etis, adaptif, dan sensitif terhadap kesehatan mental pengguna, khususnya dalam menghadapi tantangan sosial-emosional di era digital.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka peneliti mengidentifikasi masalah di antaranya adalah:

- a. Generasi Z semakin banyak menggunakan Character AI untuk mencurahkan perasaan dan kebutuhan emosional, menggantikan interaksi sosial nyata.
- b. Keterbukaan diri yang tinggi kepada AICs berisiko menimbulkan ketergantungan emosional dan mengurangi kemampuan menjalin hubungan autentik dengan manusia.
- c. Respons AICs yang selalu positif dengan menyetujui pengguna dapat melemahkan proses refleksi diri yang sehat dan membentuk pola komunikasi yang tidak adaptif.
- d. Pengguna Character AI sering kali tidak menyadari risiko privasi saat membagikan informasi pribadi secara bebas kepada AICs, karena merasa aman dari penilaian.
- e. Kesepian mendorong individu—terutama Generasi Z—untuk mencari koneksi emosional melalui AI, meskipun koneksi tersebut tidak bisa menggantikan hubungan autentik dengan manusia nyata.
- f. Masih minimnya penelitian di Indonesia yang secara spesifik mengkaji keterkaitan antara kesepian dan praktik keterbukaan diri terhadap AICs—

terutama di kalangan Generasi Z—menjadikan fenomena ini penting untuk diteliti secara empiris, baik dari sisi psikologis maupun etis.

### **1.3 Batasan Masalah**

Penelitian ini terbatas pada pengaruh kesepian terhadap keterbukaan diri pada Generasi Z pengguna Character AI.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, rumusan masalah yang dapat diambil oleh peneliti adalah:

*"Apakah terdapat pengaruh kesepian terhadap keterbukaan diri pada Generasi Z pengguna Character AI?"*

### **1.5 Tujuan Penelitian**

*Tujuan* penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kesepian terhadap keterbukaan diri pada Generasi Z pengguna Character AI.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

#### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dalam bidang psikologi klinis, khususnya dalam memahami dinamika keterbukaan diri terhadap *Artificial Intelligence Companions* (AICs) sebagai respons terhadap kondisi kesepian terutama dalam populasi rentan seperti Generasi Z yang mencari alternatif relasional melalui sistem AI.

#### **1.6.2 Manfaat Praktis**

##### *1.6.2.1 Bagi Pengguna Platform Character AI:*

Penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada pengguna mengenai risiko psikologis yang mungkin timbul dari keterbukaan diri yang berlebihan terhadap AICs, termasuk potensi terbentuknya ketergantungan emosional, penyempitan relasi sosial nyata, serta pengabaian aspek privasi dan keamanan data. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pemahaman untuk kesadaran kritis pengguna Character AI terhadap kecenderungan menjadikan AICs sebagai

media utama pengungkapan diri, serta menegaskan pentingnya mempertahankan hubungan interpersonal yang otentik dan bermakna.

#### *1.6.2.2 Bagi Praktisi Kesehatan Mental:*

Temuan dari penelitian ini dapat memberikan landasan empiris bagi praktisi kesehatan mental dalam mengidentifikasi keterbukaan diri terhadap AICs sebagai indikator potensial dari kondisi kesepian atau hambatan dalam pembentukan relasi interpersonal. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi acuan dalam merumuskan strategi intervensi yang diarahkan untuk merehabilitasi kapasitas individu dalam menjalin koneksi sosial yang autentik.

