

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial (Santrock, 2003). Sejalan dengan perubahan yang terjadi pada remaja, mereka juga dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan yang berbeda dari tugas pada masa kanak-kanak (Retnowati, 2001). Hurlock (1991) membagi beberapa tugas perkembangan pada masa remaja, yaitu mampu menerima dan memahami peran seksual; mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok, baik pria maupun wanita; mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki masa dewasa, dan mencapai kemandirian emosional dari orang tua serta orang-orang dewasa lainnya. Berdasarkan beberapa tugas perkembangan yang telah dikemukakan oleh Hurlock, tampak tugas utama dari remaja adalah kebutuhan untuk dapat berkembang dengan baik pada aspek sosialnya.

Masa remaja adalah masa dimana teman sebaya memiliki peran yang penting untuk memperoleh dukungan, pengambilan keputusan, penerimaan diri, dan menjalin kerjasama dalam kelompok (Al-Mighwar dalam Hapsari & Ariana, 2015). Pentingnya teman sebaya, membuat remaja mengalami transisi sumber afeksi dari orangtua ke teman sebaya mereka. Hal ini sejalan dengan pendapat Santrock (2003) bahwa remaja mengalami transisi sosial, yaitu peran pada konteks sosial dalam perkembangan. Dengan demikian, memungkinkan adanya

masalah transisi pada remaja, yaitu terputusnya komunikasi dengan orangtua tetapi belum memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan teman sebaya.

Perubahan bentuk hubungan interpersonal pada remaja menempatkan remaja pada kondisi yang rentan mengalami kesepian. Hal ini disebabkan pada saat membangun hubungan interpersonal, seperti menjalin hubungan yang dekat antara remaja dengan teman sebaya, remaja akan memiliki kebutuhan untuk merasa diakui keberadaan dan kemampuannya (Abadi, Sukmawan, dan Utari, 2013). Hal tersebut sejalan dengan hasil survey nasional di Amerika yang dilakukan oleh majalah *Psychology Today* (psychologytoday.com). Hasil surveynya menunjukkan dari 40.000 partisipan yang lebih sering merasa kesepian adalah partisipan pada kelompok usia remaja (79%) dibandingkan dengan kelompok partisipan yang berusia di atas 55 tahun (37%). Hal ini disebabkan karena seiring berjalannya waktu, seringkali terjadi pergeseran yang signifikan dalam jumlah dan kualitas hubungan utama yang menyusut dari waktu ke waktu dan kelompok partisipan yang berusia di atas 55 tahun menyadari hal tersebut. Berbeda dengan partisipan pada kelompok usia remaja, mereka sering merasa khawatir dengan jumlah teman yang dimilikinya. Mereka mungkin merasa kesepian karena memiliki satu atau dua teman, sementara temannya yang lain memiliki tujuh atau delapan puluhan. Mereka akan merasa sangat puas dengan jumlah yang sama seperti teman-temannya yang lain.

Hasil survey di atas juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ostrov dan Offer (dalam Brehm dkk, 2002) yang menemukan bahwa orang yang paling kesepian justru berasal dari orang-orang yang berusia remaja dan dewasa

awal. Hasil penelitian serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Perlman (dalam Taylor, Peplau, dan Sears, 2000) dimana kesepian lebih banyak ditemukan pada remaja dan dewasa awal serta jarang pada orang yang lebih tua. Hasil penelitian dapat demikian pada remaja, disebabkan karena remaja merasa tidak puas dengan hubungan sosialnya, yaitu tidak memiliki teman seperti yang diinginkan dan hubungan sosial yang dibina hanya bersifat seadanya.

Kesepian menurut Russel, Peplau, dan Cutrona (1980) merupakan emosi negatif yang muncul karena adanya kesenjangan antara hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan yang ada, baik secara kualitas maupun kuantitas. Dalam konsep Islam, apabila seseorang mengalami masalah dan merasa tidak dapat menyelesaikannya, akan timbul rasa putus asa dan seringkali merasa sendiri berlarut-larut, sehingga dapat merasakan kesepian. Bagi seorang muslim, logika kesepian tidak boleh sampai menyentuh sisi-sisi keimanannya. Sebagaimana firman Allah SWT:

وَإِنْ يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ وَإِنْ
يَمْسَسْكَ بِخَيْرٍ فَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

Artinya:

“Dan jika Allah menimpakan suatu bencana padamu, tidak ada yang dapat menghilangkannya selain Dia. Dan jika Dia mendatangkan kebaikan padamu, maka Dia mahakuasa atas segala sesuatu.” (QS. Al-An’am (6): 17)

Peplau dan Perlman (1982) menyatakan beberapa pendekatan dalam menjelaskan kesepian, yaitu menekankan pada kebutuhan seseorang untuk memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain, menekankan pada proses kognitif mengenai persepsi serta evaluasi seseorang terhadap hubungan sosial

mereka, dan penguatan sosial. Ketiga pendekatan tersebut menunjukkan bahwa individu merasa kesepian karena tidak tercapainya hubungan yang dekat dengan orang lain, ketidakpuasan dengan hubungan sosialnya, dan merasakan perbedaan antara yang diharapkan dengan yang dicapai dari hubungan sosial. Menurut Santrock (2002), individu yang kesepian merasa bahwa tidak ada seorangpun dapat memahami diri mereka dengan baik, sehingga muncul perasaan merasa terisolasi serta tidak memiliki orang lain untuk mendampingi saat dibutuhkan.

Houghton, Hattie, Wood, Carroll, Martin, dan Tan (2013) mengemukakan dimensi-dimensi kesepian berdasarkan karakteristik pada remaja, yaitu *friendship*, *isolation*, *positive attitude to solitude*, dan *negative attitude to solitude*. Dimensi *friendship* diartikan sebagai hal yang penting pada remaja. Mereka harus memiliki peran dalam hubungan pertemanan dengan teman sebaya. Dengan demikian, mereka cenderung untuk mempertimbangkan siapapun dapat dipanggil teman apabila dapat bersosialisasi dan mengakui keberadaannya. Kedua, dimensi *isolation* yaitu terkait dengan perasaan negatif atau menyedihkan yang menyertai persepsi mengenai kebutuhan sosial yang tidak terpenuhi baik secara kuantitas atau kualitas. Dimensi ketiga dan keempat merupakan sikap kesendirian pada remaja. *Positive attitude to solitude* terjadi apabila pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan disikapi dengan baik akan menjadi pengalaman yang bermanfaat. Sebaliknya *negative attitude to solitude* apabila pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan disikapi dengan buruk sehingga remaja merasakan kesepian (Galanaki, 2013).

Remaja yang merasa kesepian akan terhambat kemampuannya untuk berkembang dengan baik dan melakukan kegiatan-kegiatan yang produktif di

dalam kehidupan sehari-hari. Kesepian yang tidak diatasi dengan baik mengakibatkan remaja mengalami depresi, yaitu suatu keadaan psiko-emosional yang memunculkan perasaan-perasaan diri tidak berharga, tidak bahagia, putus asa, dan mendorong perilaku untuk mencoba bunuh diri (Goldston dkk, 2009). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh *Young Men's Christian Association of Hongkong* (dalam Kristiani, 2007) mengungkapkan bahwa sekitar 534 pelajar sekolah menengah di Hongkong memiliki berbagai masalah karena tidak mampu mengatasi perasaan kesepian, sehingga mereka sengaja melukai diri sendiri atau berusaha bunuh diri. Di Indonesia, terdapat kasus yang terjadi akibat kesepian, salah satunya adalah kasus bunuh diri yang dilakukan oleh salah satu remaja di Yogyakarta, yaitu NK. NK adalah remaja yang berusia 14 tahun yang mengakhiri hidupnya dengan cara menggantung diri. NK diduga mengakhiri hidupnya karena merasa kesepian telah ditinggal oleh ibunya (liputan6.com dalam Purwanita, 2010).

Menurut Peplau dan Perlman (1982) terdapat dua kondisi yang menyebabkan terjadinya kesepian. Kondisi pertama adalah *precipitating events* (peristiwa pencetus) yaitu berakhirnya suatu hubungan dekat seperti kematian, perceraian, putus cinta, serta perpisahan secara fisik yang kadang membawa kita ke arah kesepian. Kondisi kedua adalah *predisposing and maintaining factors* (faktor-faktor yang mendahului dan mempertahankan) yaitu faktor kepribadian dan situasional yang dapat meningkatkan munculnya kesepian serta dapat mempersulit seseorang yang kesepian untuk membangun kembali hubungan sosial yang memuaskan. *Predisposing and maintaining factors* akan mengarah pada karakteristik kepribadian yang berperan dalam berkembangnya perasaan kesepian

pada diri seseorang, seperti harga diri yang rendah yang dimiliki oleh individu dengan gaya kelekatan *fearful* dan *preoccupied*. Oleh karena itu, berdasarkan kedua kondisi tersebut, gaya kelekatan merupakan faktor kepribadian yang termasuk pada *predisposing and maintaining factors* dan dapat menyebabkan terjadinya kesepian.

Gaya kelekatan merupakan salah satu faktor kepribadian yang berperan penting dalam timbulnya kesepian. Hal ini terbukti dari penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian Wiseman, Mayseless, dan Sharabany (2006) menunjukkan semakin *secure* gaya kelekatan seseorang, maka semakin rendah kemungkinannya untuk merasakan kesepian. Hasil penelitian ini juga menunjukkan semakin *ambivalent* serta *avoidant* gaya kelekatan seseorang, maka semakin tinggi kecenderungannya untuk merasakan kesepian. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Deniz, Hamarta, dan Ari (2005) yang menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya kelekatan dan keterampilan sosial dengan kesepian pada siswa di Turki.

Dalam konsep Islam, pembentukan gaya-gaya kelekatan dan karakter seorang anak agar dapat membina hubungan baik dengan orang-orang di sekitarnya, sangat dipengaruhi oleh cara pendidikan yang diberikan orangtua kepada anaknya, Sebagaimana firman Allah SWT:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ
وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا
أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Artinya:

"Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan." (QS. At-Tahrim (66): 6)

Gaya kelekatan yang dikemukakan oleh Bartholomew dan Horowitz (1991) dapat diartikan sebagai kecenderungan individu dalam berelasi dengan individu lain yang memiliki arti tertentu yang lebih bersifat emosional atau afektif. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Bartholomew (dalam Oudenhoven, 2004) terdapat 4 dimensi gaya kelekatan, yaitu gaya kelekatan *secure*, gaya kelekatan *fearful*, gaya kelekatan *preoccupied*, dan gaya kelekatan *dismissing*. Individu yang memiliki gaya kelekatan *secure* memiliki persepsi yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, sehingga relatif mudah untuk dekat dengan orang lain. Individu yang memiliki gaya kelekatan *fearful* mengembangkan persepsi yang negatif terhadap diri maupun orang lain, sehingga khawatir dirinya akan terluka. Individu yang memiliki gaya kelekatan *preoccupied* menunjukkan rasa tidak berharga pada dirinya, tetapi memiliki pandangan yang positif terhadap orang lain. Kondisi membuatnya akan mencari kedekatan dalam hubungannya tetapi terkadang khawatir orang lain enggan untuk memiliki kedekatan seperti dirinya. Terakhir, Individu dengan gaya kelekatan *dismissing* memiliki persepsi positif mengenai dirinya tetapi negatif terhadap orang lain, sehingga merasa nyaman tanpa hubungan dekat sekali pun.

Dari penjelasan teori di atas tampak bahwa gaya-gaya kelekatan dapat mengarahkan pada kecenderungan individu untuk merasakan atau tidaknya kesepian. Hal ini dapat dilihat dari cara individu melihat dirinya dan orang lain

akan sangat mempengaruhi bagaimana individu menjalin pertemanan dan memandang konsep kesendirian. Kaitan antara gaya-gaya kelekatan dengan karakteristik kesepian dapat dijelaskan seperti pada penelitian yang dilakukan Bender (1999) terhadap siswa yang memiliki gaya kelekatan aman dengan siswa yang memiliki gaya kelekatan tidak aman. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kualitas persahabatan antara siswa yang memiliki gaya kelekatan aman memiliki keintiman yang lebih besar dalam persahabatan mereka daripada siswa yang memiliki gaya kelekatan tidak aman. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Larson (2010) yang menemukan bahwa gaya kelekatan mempengaruhi kualitas persahabatan, hanya saja gaya kelekatan dominan yang dimiliki individu bukan merupakan penentu penting dari kualitas persahabatan.

Selain itu, penelitian pada empat dimensi gaya kelekatan yang dilakukan Bartholomew dan Horowitz (1991) menunjukkan bahwa individu dengan gaya kelekatan yang berbeda akan mempunyai tiga aspek persahabatan yang berbeda. Salah satu hasil penelitiannya adalah individu dengan gaya kelekatan *dismissing* kurang mendapatkan dukungan sosial dalam persahabatan yang dekat, karena individu dengan gaya kelekatan ini umumnya tidak ingin mencari dukungan dari orang lain, sehingga sangat sedikit individu dengan gaya kelekatan *dismissing* memiliki persahabatan yang erat. Dengan demikian, kecenderungan individu untuk menampilkan gaya kelekatan tersebut dalam interaksinya dengan orang lain akan mempengaruhi cara individu dalam menjalin persahabatan.

Kemudian pada dimensi kesepian berupa *isolation*, ketika individu mulai merasa terisolasi mungkin memiliki pikiran tidak mempercayai atau merasa

ditolak oleh orang lain, hal ini merupakan karakteristik pada individu dengan gaya kelekatan *preoccupied*. Dengan demikian, individu terdorong untuk menghindari orang lain dan berada dalam keadaan kesepian (psychalive.org). Pada penelitian sebelumnya, *isolation* cenderung dikaitkan dengan depresi (Tiwari & Ruhela, 2012) yang menunjukkan bahwa isolasi sosial pada remaja menyebabkan depresi. Selanjutnya pada dimensi kesepian yaitu *positive attitude to solitude* dan *negative attitude to solitude* merupakan fenomena sosial penting, dalam artian bahwa memiliki dampak yang kuat pada kehidupan sosial individu dan masyarakat (Long dan Averill, 2003 dalam Galanaki, 2013). Sebaliknya, pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Marcoen dan Goossens (1993, dalam Galanaki, 2013) menemukan bahwa tidak ada perbedaan antara remaja dengan gaya kelekatan aman atau gaya kelekatan tidak aman terhadap kesendirian.

Gaya-gaya kelekatan merupakan faktor penting di dalam perkembangan remaja, sehingga telah banyak penelitian mengenai gaya kelekatan di Indonesia. Beberapa penelitian telah menggali antara kelekatan orangtua-remaja dengan kemandirian (Dewi dan Valentina, 2013) atau antara gaya kelekatan aman dengan penyesuaian sosial remaja (Fitriyah, 2013). Meski demikian, sejauh peneliti ketahui sebagian besar penelitian mengenai gaya kelekatan yang ada di Indonesia belum ada dalam menggali gaya kelekatan dengan kesepian, sehingga belum ada penelitian yang spesifik dalam melihat hubungan antara gaya kelekatan dengan kesepian pada remaja.

Peneliti terdorong untuk meneliti mengenai hubungan antara dimensi-dimensi gaya kelekatan dengan dimensi-dimensi kesepian pada remaja yang dilatarbelakangi oleh belum adanya penelitian untuk menggali aspek gaya

kelekatan dan kesepian. Penelitian mengenai gaya kelekatan dengan kesepian menjadi penting dilakukan kepada remaja, karena remaja merupakan kelompok individu yang sedang aktif untuk mencari kenyamanan dalam hubungan interpersonalnya. Karakteristik kepribadian remaja juga dipengaruhi oleh gaya kelekatan yang ia peroleh dari pengasuh utamanya dan merupakan faktor penting yang berperan dalam mengembangkan perasaan kesepian pada diri remaja.

1.2 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dimensi-dimensi gaya kelekatan dengan dimensi-dimensi kesepian pada remaja?
2. Bagaimana pandangan Islam mengenai hubungan yang signifikan antara dimensi-dimensi gaya kelekatan dengan dimensi-dimensi kesepian pada remaja?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan antara dimensi-dimensi gaya kelekatan dengan dimensi-dimensi kesepian pada remaja.
2. Untuk mengetahui hubungan antara dimensi-dimensi gaya kelekatan dengan dimensi-dimensi kesepian pada remaja dalam pandangan Islam.

1.4 Manfaat Penelitian

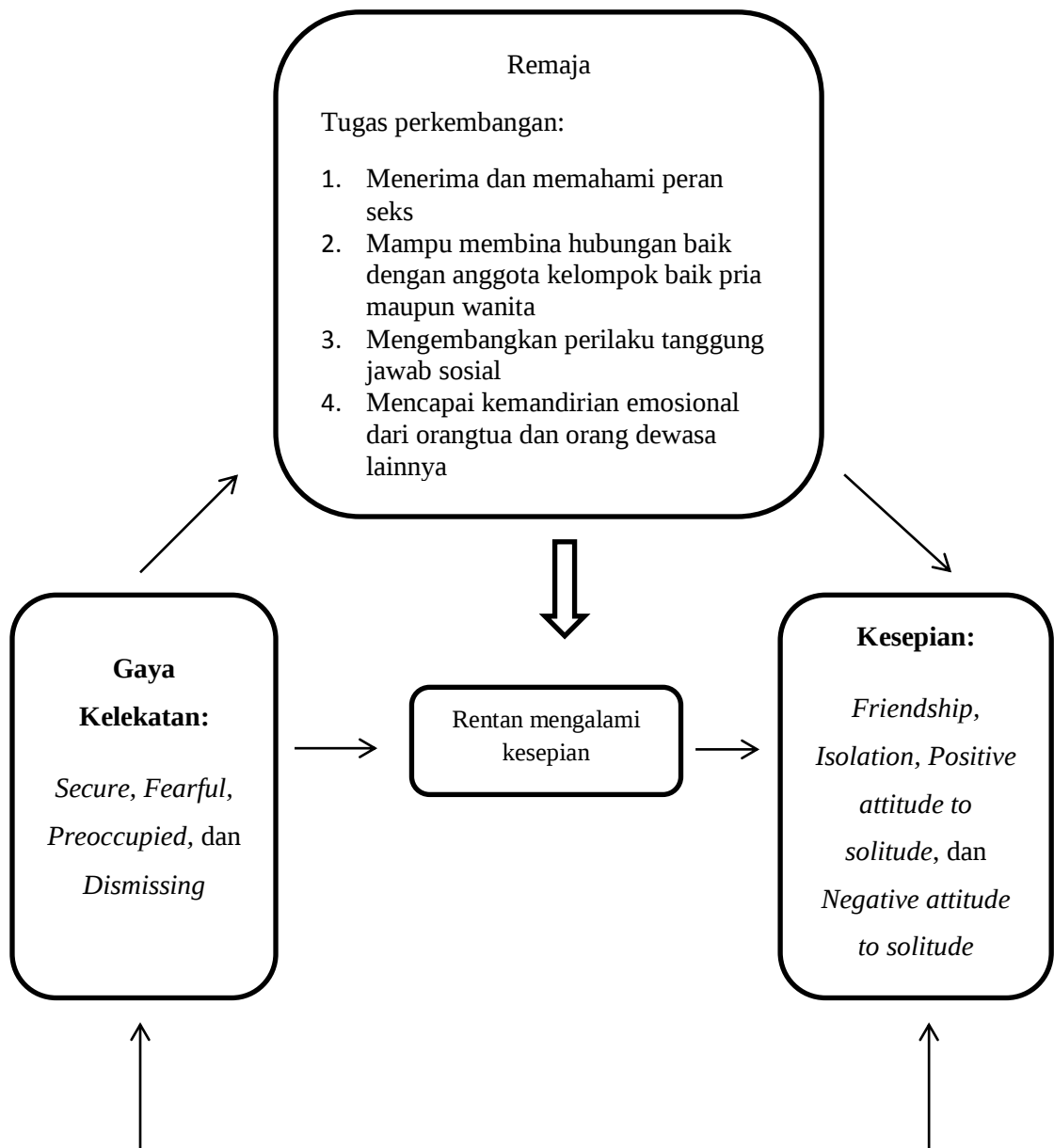
1.4.1 Manfaat Teoritis

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai gaya kelekatan dan kesepian pada remaja serta dapat sebagai acuan untuk dilakukan penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Kontribusi pada variabel pertama yaitu gaya kelekatan anak-orangtua menjadi sangat penting, karena sebagai landasan bagi orangtua dalam mencegah kesepian pada remaja, agar remaja dapat berkembang dengan baik dalam hubungan interpersonalnya sehingga tidak akan berujung pada hal yang lebih buruk.

1.5 Kerangka Berpikir



Keterangan :

Masa remaja adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial (Santrock, 2003). Sejalan dengan perubahan yang terjadi pada remaja, mereka juga dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan yang berbeda dari tugas pada masa kanak-kanak (Retnowati, 2001). Hurlock (1991) membagi beberapa tugas perkembangan pada masa remaja, yaitu mampu menerima dan memahami peran seksual; mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok, baik pria maupun wanita; mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki masa dewasa, dan mencapai kemandirian emosional dari orang tua serta orang-orang dewasa lainnya. Dari beberapa tugas perkembangan yang telah dikemukakan oleh Hurlock, tugas utama dari remaja adalah kebutuhan remaja untuk dapat berkembang dengan baik pada aspek sosialnya.

Aspek sosial pada remaja mengalami masa transisi karena sumber afeksi pada masa anak, yaitu orangtua telah berkurang. Remaja menjadi relatif lebih mandiri untuk mencari sumber afeksi lain dari hubungan pertemanan dengan teman sebaya. Hal tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Al-Mighwar (dalam Hapsari dan Ariana, 2015) bahwa masa remaja adalah masa dimana teman sebaya memiliki peran yang penting dalam memperoleh dukungan, pengambilan keputusan, penerimaan diri, dan menjalin kerjasama dalam kelompok. Adanya transisi sosial pada remaja, memungkinkan adanya masalah yaitu terputusnya komunikasi dengan

orangtua tetapi belum memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan teman sebaya.

Pentingnya perubahan bentuk hubungan interpersonal pada remaja menempatkan remaja pada kondisi yang rentan mengalami kesepian. Timbulnya rasa kesepian dipengaruhi oleh *predisposing and maintaining factors*, yaitu faktor kepribadian yang didalamnya termasuk gaya kelekatan. Hal ini dapat dijelaskan dari penelitian yang dilakukan oleh Deniz, Hamarta, dan Ari (2005) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya kelekatan dan keterampilan sosial dalam kesepian pada siswa di Turki. Pada kaitan antara gaya kelekatan dengan salah satu karakteristik kesepian, yaitu *friendship* dapat dijelaskan dengan penelitian yang dilakukan Bender (1999) pada siswa yang memiliki gaya kelekatan aman dengan siswa yang memiliki gaya kelekatan tidak aman menunjukkan bahwa kualitas persahabatan antara siswa yang memiliki gaya kelekatan aman lebih memiliki keintiman yang lebih besar dalam persahabatan mereka daripada siswa yang memiliki gaya kelekatan tidak aman.

Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti ingin membuktikan bahwa terdapat hubungan antara dimensi-dimensi gaya kelekatan dengan dimensi-dimensi kesepian pada remaja. Hal ini dirumuskan karena gaya kelekatan mengarah pada karakteristik kepribadian remaja yang akan berperan dalam berkembangnya perasaan kesepian pada diri remaja.