

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat melepaskan diri dari jalinan relasi sosial, dimana manusia selalu membuat kontak sosial atau berhubungan dengan orang lain. Sejak manusia dilahirkan, manusia sudah menjadi makhluk sosial karena manusia membutuhkan orang lain, seperti orang tua, guru, saudara, tetangga, teman, sahabat, bahkan dengan orang yang tidak dikenal. Dalam berhubungannya dengan manusia sebagai makhluk sosial, manusia selalu hidup bersama dengan manusia lainnya. Manusia juga dikatakan sebagai makhluk sosial karena pada diri manusia ada dorongan dan kebutuhan untuk berhubungan/berinteraksi sosial dengan orang lain, manusia juga tidak akan bisa hidup sebagai manusia kalau tidak hidup di tengah-tengah manusia. Interaksi sosial merupakan syarat utama terjadinya aktivitas-aktivitas sosial. Apabila dua orang bertemu, interaksi sosial dimulai pada saat itu. Manusia saling menegur, berjabat tangan, saling berbicara atau bahkan mungkin berkelahi. Aktivitas tersebut merupakan bentuk interaksi sosial.

Dalam berinteraksi sosial dengan masyarakat, manusia melakukan komunikasi, bahkan sebagian besar dari waktu yang dimiliki digunakan untuk berkomunikasi. Dapat dikatakan bahwa komunikasi merupakan salah satu hal

penting bagi manusia, dengan kata lain kualitas hidup manusia juga ditentukan oleh pola komunikasi yang dilakukannya. Komunikasi yang digunakan dalam keseharian untuk berinteraksi dengan sesama manusia ialah komunikasi interpersonal (Fiske, 2014).

Rakhmat (2005) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal merupakan salah satu fakta penentu hubungan antara manusia satu dengan lainnya. Komunikasi interpersonal adalah media atau cara individu satu dengan lainnya berinteraksi yang berfokus tentang bagaimana suatu hubungan dimulai, bagaimana memertahankan suatu hubungan, dan keretakan suatu hubungan (Berger et. al 2012). Komunikasi interpersonal juga didefinisikan sebagai proses pengiriman dan penerimaan pesan antara dua orang atau di antara sekelompok kecil orang-orang, dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika (De Vito 2015).

Rakhmat (2005) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal terjadi karena pada hakikatnya setiap manusia butuh berkomunikasi dengan manusia lain. Pemenuhan kebutuhan ini guna mengembangkan diri menjadi makhluk sosial dan pribadi yang lengkap, serta menjalin kelangsungan hidup. Hal ini membuat setiap individu selalu berusaha untuk lebih mendekatkan diri dengan individu lainnya. Oleh sebab itu, Rakhmat (2005) menyatakan bahwa manusia diharapkan memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik. Individu yang komunikasi tidak terpenuhi akan berdampak pada emosi yang tidak stabil, merasa terasingkan, tidak memiliki teman, dikucilkan, meresa kesepian, memiliki kecemasan yang tinggi, dan tidak percaya diri. Namun pada kenyataannya tidak setiap individu dapat

berkomunikasi dengan baik secara interpersonal, khususnya orang dengan memiliki ciri-ciri kepribadian tidak sehat.

DSM-IV TR (2000) menyebutkan bahwa, yang termasuk kepribadian tidak sehat dalam berkomunikasi secara interpersonal antara lain adalah gangguan kepribadian *Paranoid*, *Schizoid*, *Schizotypal*, *Antisosial*, *Borderline*, dan *avoidant*. Dalam penelitian ini dipilih jenis gangguan kepribadian *avoidant*. Tapi, pada kenyataannya individu dengan gangguan kepribadian *avoidant* jarang terjadi, maka dalam penelitian ini diambil individu normal dengan ciri-ciri *avoidant*.

Arthur S & Emily S (2010) menjelaskan bahwa ciri-ciri *avoidant* dicirikan dengan hipersensitivitas yang ekstrem untuk menolak segala sesuatu sehingga individu menghindari kontak dengan individu lain dan menjauh dari upaya apa pun untuk membentuk sebuah relasi, kecuali diberi jaminan sangat kuat akan diterima tanpa syarat. Individu dengan ciri-ciri *Avoidant* biasanya disertai rasa percaya diri rendah, kecenderungan merendahkan begitu rupa nilai pencapaian diri sendiri dan selalu menitikberatkan secara berlebihan kelemahan diri, dan pada akhirnya individu dengan ciri-ciri *avoidant* mengharapkan sebuah afeksi dan penerimaan ekstrem individu lain atas dirinya.

Prevalensi gangguan kepribadian *avoidant* adalah 1 hingga 10% dari populasi pada umumnya di seluruh dunia. Silvio Bellino (2004) menyatakan bahwa 14,79% (30.800.000 jiwa) orang Amerika dewasa memiliki setidaknya 1 gangguan kepribadian. Gangguan kepribadaian yang paling umum ialah gangguan kepribadian obsesif kompulsif sebesar 7,88%, gangguan kepribadian paranoid sekitar 4,41%,

gangguan kepribadian *avoidant*, gangguan kepribadian histrionik sekitar 1,84% dan gangguan kepribadian dependent 0,49%. Jadi, dapat dikatakan bahwa lebih dari 1.844.920.000 atau 5,99% dari 30.800.00 orang di Amerika yang memiliki gangguan kepribadian *avoidant*. *American Psychological Association* (2000) menyatakan bahwa gangguan kepribadian *avoidant* muncul dalam proporsi yang sama pada laki-laki dan perempuan sekitar 0,5% hingga 1% dari populasi umum.

Penelitian mengenai gangguan kepribadian *avoidant* di Indonesia masih sangat terbatas. Hasil survei mengenai jumlah individu dengan kepribadian *avoidant* di Indonesia pun belum ada. Namun hal ini bukanlah berarti bahwa tidak ada kasus mengenai individu dengan ciri-ciri kepribadian *avoidant* di Indonesia. Peneliti mendapati individu dengan ciri-ciri kepribadian *avoidant* di lingkungan peneliti.

NY seorang mahasiswa di salah satu perguruan tinggi swasta di Yogyakarta. NY merupakan anak pertama dari dua bersaudara, berasal dari Jawa Tengah tepatnya di Solo. Saat ini NY berusia 21 tahun. Wawancara yang peneliti lakukan pada 21 mai 2016, mendapatkan hasil bahwa NY memiliki lebih banyak teman di dunia maya atau di dalam *game online*. Hal ini dia lakukannya karena merasa bahwa ketika berkomunikasi dengan orang lain, dia tidak dihargai atau tidak diterima di lingkungannya tersebut. Ia juga merasa bahwa ia memiliki rasa tidak percaya diri dalam hal apapun, terlebih saat presentasi di kelas. Oleh karena itu NY lebih memilih berdiam di kamar ketimbang berinteraksi dengan teman kost. NY mengaku bahwa ketika mendapatkan kritikan ia akan lebih enggan untuk berhubungan dengan orang tersebut. Ketika diwawancara, NY nampak ekspresi muka dan tubuhnya tidak

nyaman dalam berkomunikasi.

Dari hasil wawancara di atas, individu dengan ciri-ciri *avoidant* yang tampak pada partisipan seperti hipersensitivitas, partisipan mengaku bahwa ketika mendapatkan kritikan ia akan lebih enggan untuk berhubungan dengan orang tersebut. Rasa percaya diri pada partisipan juga rendah. Partisipan mengaku bahwa tidak percaya diri dalam banyak hal, terlebih dalam hal berbicara atau ketika presentasi di depan kelas. Partisipan juga secara berlebihan memandang diri sebagai seseorang yang lemah. Berdasarkan hasil wawancara yang dikaitkan dengan teori *avoidant* di atas, dapat disimpulkan bahwa partisipan individu normal yang memiliki ciri-ciri *avoidant*.

Fenichel (Kantor, 2003) menyatakan bahwa ciri-ciri *avoidant* memperlihatkan perasaan malu yang menyebabkan individu menarik diri dari lingkungan sosial karena takut mendapatkan kritik. Benjamin, Nylon & Horney (Kantor, 2003) menyatakan bahwa individu dengan ciri-ciri *avoidant* mengalami kecemasan dari dalam diri individu tersebut bukan karena berasal dari orang lain yang mengkritik individu tersebut.

American Psychological Association (Kantor 2003) menyatakan bahwa, individu dengan ciri-ciri *avoidant* cenderung menggambarkan dirinya sebagai gelisah, cemas, kesepian, menghindari dari interaksi sosial, memiliki sedikit bahkan sama sekali tidak memiliki teman, bahkan menghindari kegiatan yang ramai dan menyenangkan. Individu dengan ciri-ciri *avoidant* begitu takut pada penolakan dan kritik. Individu dengan ciri-ciri *avoidant* umumnya tidak mau untuk memasuki

hubungan tanpa jaminan penerimaan. Akibatnya, individu dengan ciri-ciri *avoidant* memiliki hubungan dengan keluarga saja. Individu dengan ciri-ciri *avoidant* juga cenderung menghindari kelompok pekerjaan atau kegiatan rekreasi karena takut ditolak. Individu dengan ciri-ciri *avoidant* lebih suka makan siang sendirian di meja, menghindari piknik perusahaan dan pihak lain, kecuali mereka yakin diterima.

Kantor (2003) menyatakan bahwa individu dengan ciri-ciri *avoidant* ketika menjalin hubungan dengan orang lain, cenderung kurang serius atau hanya sekedar berkomunikasi biasa saja. Individu dengan ciri-ciri *avoidant* tidak mencoba menjaga hubungan yang baik dengan orang lain. Selain itu, individu dengan ciri-ciri *avoidant* menutup diri dari orang luar, bahkan individu dengan ciri-ciri *avoidant* menghindari kontak personal karena merasa diasingkan dan ditolak secara pribadi. Galvin (Kantor 2003) menambahkan bahwa individu dengan ciri-ciri *avoidant* sering membuat jarak ketika ingin berkomunikasi dengan orang lain. Ketika berkomunikasi, individu dengan ciri-ciri *avoidant* sering membuat lawan bicara menjadi tidak nyaman dan pergi meninggalkannya.

Kesulitan dalam hal berkomunikasi secara interpersonal yang dialami oleh individu dengan ciri-ciri *avoidant* membuat individu dengan ciri-ciri *avoidant* sering kali mencari pekerjaan yang menghindari kontak sosial. Menurut individu, bekerja seorang diri terasa lebih nyaman dari pada harus bekerja dalam sebuah tim. Terkadang individu dengan ciri-ciri *avoidant* cenderung kurang ramah dengan rekan kerjanya dan tidak terlalu memikirkan keadaan di sekelilingnya (Kantor, 2003).

De Vito (2005) menyatakan bahwa ketika individu melakukan komunikasi

secara interpersonal akan meningkatkan kognitif. Hal ini terjadi karena dalam proses komunikasi interpersonal individu akan mendapatkan informasi-informasi baru dari individu lain. Secara afektif, ketika individu melakukan komunikasi interpersonal, individu tersebut memiliki tempat untuk mengekspresikan perasaan yang dirasakannya, sehingga dapat mengeluarkan emosi yang ada di dalam dirinya. Secara behavioral, ketika individu melakukan komunikasi interpersonal, individu tersebut dapat merubah kebiasaanya. Hal ini terjadi karena terpengaruh oleh timbulnya suatu perasaan ketika individu berkomunikasi secara interpersonal. De Vito (2005) menambahkan bahwa individu yang tidak melakukan komunikasi interpersonal akan membuat individu cenderung memiliki emosi yang tidak stabil, merasa terasing di lingkunganya, tidak memiliki teman, dikucilkan oleh lingkungan, merasa kesepian, cenderung memiliki kecemasan yang tinggi, dan cenderung tidak percaya pada orang lain.

Komunikasi interpersonal bukan hanya dilakukan untuk individu normal, tetapi komunikasi interpersonal juga seharusnya dilakukan oleh individu dengan ciri-ciri *avoidant*. Individu dengan ciri-ciri *avoidant* memiliki komunikasi interpersonal yang kurang efektif. Hal ini berdampak pada individu dengan ciri-ciri *avoidant* menutup diri mereka dari orang luar, bahkan mereka menghindari kontak personal karena merasa diasingkan dan ditolak secara pribadi. Selain itu, individu dengan ciri-ciri *avoidant* sering membuat jarak ketika ingin berkomunikasi dengan orang lain. Ketika berkomunikasi, individu dengan ciri-ciri *avoidant* sering membuat lawan bicara menjadi tidak nyaman dan pergi meninggalkannya. Individu dengan ciri-ciri

avoidant pun cenderung tidak mencoba menjaga hubungan yang baik dengan orang lain.

Berdasarkan pemaparan di atas peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai komunikasi interpersonal. Peneliti hendak memahami, bagaimana gambaran komunikasi interpersonal individu dengan ciri-ciri *avoidant*

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran komunikasi interpersonal pada orang dengan ciri-ciri kepribadian *avoidant*. Sementara ini diharapkan dapat bermanfaat secara:

1. Teoritis:

Memberikan sumbangan referensi bagi psikologi, khususnya untuk pengembangan teori mata kuliah psikologi sosial maupun psikologi klinis berkaitan dengan gambaran komunikasi interpersonal pada individu dengan ciri-ciri kepribadian *avoidant* di Indonesia.

2. Praktis:

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran komunikasi interpersonal individu dengan ciri-ciri *avoidant*.