

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Kehidupan manusia memiliki rentang perkembangan yang panjang. Dewasa awal menjadi salah satu rentang perkembangan yang akan dilalui manusia. Para tokoh memiliki teori masing-masing terkait rentang usia untuk tahap dewasa awal. Santrock (2019) menyebutkan bahwa dewasa awal merupakan tahap perkembangan yang akan dilalui ketika menginjak usia 20 hingga 34 tahun. Menurut Hurlock (2009) dewasa awal dimulai pada usia 18 hingga 40 tahun. Erickson ((dalam Monks, Knoers, & Haditono, 2014) juga menjelaskan bahwa dewasa awal dimulai dari usia 20 hingga 30 tahun.

Tahap perkembangan pada dewasa awal tentu memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi individu. Tahap ini individu akan mulai memiliki tanggung jawab yang lebih berat (Erikson, dalam dalam Monks, Knoers, & Haditono, 2014). Santrock (2019) juga menjelaskan bahwa dewasa awal menjadi fase untuk bekerja dan juga membangun hubungan dengan lawan jenis hingga terkadang hanya tersisa sedikit waktu untuk melakukan hal lainnya (Santrock, 2019). Menurut Hurlock (2009) menyebutkan terdapat tujuh tugas perkembangan pada dewasa awal yaitu (a) mendapatkan suatu pekerjaan, (b) menerima tanggung jawab sebagai warga negara, (c) bergabung dalam suatu kelompok sosial, (d) memilih seorang teman hidup, (e) mengelola rumah tangga, (f) belajar hidup bersama dengan suami istri dengan membentuk suatu keluarga, dan (g) membesarkan

anak-anak. Erickson (dalam Santrock, 2019) juga menjelaskan tentang delapan tahap perkembangan manusia yang mana pada tahap ke enam yaitu masa hubungan intim atau disebut sebagai keintiman dan keterkucilan (*intimacy versus isolation*) merupakan tahap yang akan dilalui selama masa dewasa awal yang mana individu akan berhadapan dengan tugas perkembangan dalam pembentukan relasi intim dengan orang lain.

Berbagai cara dapat dilakukan guna memenuhi salah satu tugas perkembangannya yaitu memiliki pasangan hidup, seperti melalui media sosial atau internet. Pada zaman sekarang seolah terasa bahwa internet telah bertambah peran sebagai perantara sosial yang kuat (Ansari, 2015). Berbagai platform media sosial dengan kegunaannya masing-masing pun ikut bermunculan dan salah satunya adalah platform aplikasi kencan. Orchard (2019) mendefinisikannya sebagai layanan aplikasi yang dapat membantu pengguna nya mendapatkan pasangan, relasi, hingga membantu dalam pemuasan kebutuhan seksual. Aplikasi-aplikasi kencan ini pun menjadi salah satu cara alternatif yang cukup mudah untuk dilakukan dalam menemukan pasangan. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Graff (2018) bahwa aplikasi kencan saat ini dapat memudahkan proses untuk menemukan jodoh.

Jenis aplikasi kencan yang kerap digunakan masyarakat Indonesia sangat beragam. Hal tersebut dijelaskan oleh Ardaningtyas (2020) dalam situs *antara news* bahwa di Indonesia aplikasi yang terkenal adalah *Setipe, Tinder, Badoo, OKCupid, dan Tantan*. Salah satu situs yaitu *Digital Trends* juga melakukan survei terhadap aplikasi kencan yang banyak diminati oleh masyarakat pada tahun 2021

antara lain *Tinder, Grindr, Ship, Lantern, HER, OK Cupid, XO, Happn, Curtn, Kippo, Pure, Plenty of Fish, NUiT, Hinge, Coffee Meets Bagel, Match, Bumble, dan Facebook Dating* (Jansen & Beaton, 2021). Seluruh aplikasi kencan tersebut tentu memiliki berbagai macam perbedaan fitur yang ditawarkan sehingga para pengguna dapat memilih aplikasi dengan fitur yang paling sesuai dengan diri masing-masing.

Berbagai penelitian telah menemukan data jumlah pengguna aplikasi kencan yang salah satunya adalah hasil survei yang dilakukan oleh *Sensor Tower* bahwa pengguna aplikasi kencan di Indonesia sebesar 0,11% dari total penduduk Indonesia (Sari & Kusuma, 2018). Berdasarkan survei milik *Rakuten Insight* menyatakan bahwa aplikasi *Tinder* menjadi aplikasi yang paling banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia yaitu sebesar 57,6% dan kemudian aplikasi *Tantan* sebesar 33,9% (Lidwina, 2020). *Rakuten Insight* juga menambahkan bahwa aplikasi *Bumble* dan *OkCupid* mengalami peningkatan pengguna pada bulan Maret 2020 masing-masing sebesar 26% dan 20% (Lidwina, 2020).

Kenaikan jumlah pengguna aplikasi kencan yang cukup signifikan dapat dikarenakan adanya pandemi COVID-19 yang terjadi di Indonesia. Pandemi COVID-19 mengalami kasus pertama di Indonesia pada Maret 2020 sehingga mengharuskan masyarakat untuk mengurangi kegiatan diluar. Sejalan dengan pemaparan dari Wisnubroto (2021) bahwa keadaan pandemi COVID-19 yang sedang melanda Indonesia mengharuskan masyarakat untuk membatasi mobilitas sebagai salah satu jalan untuk memutus rantai penularan. Karantzas (2020) juga menjelaskan bahwa pengguna aplikasi kencan mengalami kenaikan selama

pandemi dikarenakan tidak memungkinkan untuk berkenan secara konvensional.

Penggunaan aplikasi kencan dapat sangat bermanfaat serta menjadi salah satu cara yang efektif dalam mencari pasangan. Seperti yang dipaparkan oleh Paramitha, Tanuwijaya, dan Natakoesoemah (2021) dalam hasil penelitiannya bahwa pengguna aplikasi merasa dipermudah dalam mencari pasangan yang ideal. Disamping manfaat tersebut, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ferdiana, Susanto, dan Aulia (2020) terdapat pula dampak buruk dalam penggunaan aplikasi kencan dikarenakan pengguna yang menyalahgunakan sehingga terjadi pergeseran fungsi media sosial tersebut sebagai media pergaulan bebas. Lomanowska dan Guitton (2016) dalam penelitiannya juga menjelaskan bahwa pengalaman hubungan interpersonal yang dilakukan secara *online* ini memiliki dampak pada kesehatan dan kesejahteraan para pengguna.

Sebagai salah satu aplikasi kencan yang memiliki paling banyak pengguna, *Tinder* memiliki dampak terhadap psikologis pengguna seperti tingkat kesepian yang lebih tinggi serta ketidapuasan dalam hidup (Cudoto, Lee-Won, & Baek, 2020). Dampak tersebut menunjukkan indikasi akan rendahnya kesejahteraan psikologis. Seperti yang di jelaskan dalam penelitian Oros Orosz, Toth-Kiraly, Bothe, dan Melher (2016) *Tinder* juga dapat memiliki pengaruh terhadap psikologis individu yang serupa dengan penggunaan situs jejaring sosial, seperti dampak negatif pada kesejahteraan penggunanya (Orosz, Toth- Kiraly, Bothe, & Melher, 2016). Her dan Timmermans (2020) menambahkan bahwa penggunaan *Tinder* yang sering, lebih memicu dampak negatif dibandingkan dampak positif dan penggunaan *Tinder* yang sering juga berkaitan dengan kesejahteraan dan

kepuasan hidup yang rendah. Bonilla-Zorita, Griffiths, dan Kuss (2020) juga menjelaskan bahwa penggunaan *Tinder* yang berlebihan dapat menimbulkan disfungsi *coping style* yang digunakan untuk mengatasi emosi negatif serta disfungsi pada individu dalam regulasi emosi. Hal tersebut bila terus dilakukan dalam jangka waktu yang panjang maka dapat menyebabkan terjadinya kecanduan pada individu terhadap penggunaan aplikasi kencan (Kuss & Griffiths, 2017). Selain itu, bahaya lain yang terdapat dalam penggunaan aplikasi kencan adalah penipuan hingga perdagangan seks, penindasan di dunia maya, dilecehkan, ujaran kebencian atau gambar yang menyinggung, serta diskriminasi (Anderson, Vogels, & Turner, 2020; Lauckner dkk., 2019; Mayer, 2017).

Kesejahteraan tidak hanya dilihat berdasarkan tidak adanya *mental illness* (*emotional well-being*), tetapi juga dilihat dari kehidupan individu dalam masyarakat (*social well-being*) dan *positive functioning* dalam hidup individu (*psychological well-being*) (Lamers, Westerhof, Bohlmeijer, Klooster, & Keyes, 2011). Pendapat tersebut sejalan dengan teori Ryff (1989) yang menyatakan bahwa kesehatan yang positif tidak hanya diukur berdasarkan keadaan secara fisik saja, tetapi juga dengan bagaimana kemampuan yang dimiliki individu dalam mengembangkan hubungan yang positif dengan orang-orang disekitarnya sehingga dapat menjadi pribadi yang *autonomy*.

Kesejahteraan sendiri diartikan sebagai suatu keadaan pada individu yang terbentuk melalui pengalaman dan fungsi-fungsi yang dimiliki individu sebagai manusia (Ryff & Singer, 1996). Kesejahteraan psikologis juga merupakan keadaan yang mana individu dianggap dapat mencapai seluruh potensi psikologi

dalam diri berupa penerimaan kelemahan dan kelebihan diri, mampu mandiri dalam pengambilan keputusan, menjalin relasi yang positif dengan orang-orang disekitar, memiliki kemampuan untuk mengatur lingkungan, memiliki optimisme untuk melewati setiap tahap perkembangan dalam hidup, serta memiliki tujuan hidup (Ryff & Singer, 1996). Ryff dan Keyes (1995) juga menambahkan bahwa kesejahteraan psikologis memiliki keterkaitan dengan perasaan yang dimiliki individu terhadap kegiatan sehari-harinya hingga perasaan terhadap segala hal yang telah dicapai dalam kehidupannya, selain itu kesejahteraan psikologis pun dapat diartikan dengan diperolehnya kepuasan, tidak adanya gejala depresi, dan kebahagiaan.

Kesejahteraan psikologis memiliki beberapa aspek didalamnya. Aspek-aspek tersebut dikemukakan oleh Ryff (1989) antara lain penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environment mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*self growth*). Aspek-aspek tersebut lah yang menjadi tolakukur akan tinggi atau rendahnya kesejahteraan psikologis yang dimiliki pada diri individu, dan dalam penelitian ini menjadi aspek untuk mengukur kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh para pengguna aplikasi kencan.

Survey yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa aspek-aspek kesejahteraan psikologis masih berbanding terbalik dengan keadaan yang terjadi saat ini. Survey tersebut menunjukkan 41% pengguna aplikasi kencan mengalami kesejahteraan psikologis rendah yang ditandai dengan perasaan bosan dengan

aktivitas yang dimiliki, perasaan tidak percaya diri, hingga kekhawatiran akan pandangan negatif orang lain terhadap penggunaan aplikasi kencan. Survey tersebut berisi pertanyaan-pertanyaan tentang alasan, pengalaman, hingga hambatan yang dialami individu ketika menggunakan aplikasi kencan. Pertanyaan-pertanyaan tersebut dimuat dalam *Google Form* kemudian disebarluaskan melalui media sosial dan mendapatkan 80 responden.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Holtzhausen, Fitzgerald, Thakur, Ashley, Rolfe, dan Pit (2020) menyebutkan bahwa pengguna aplikasi kencan memiliki kecenderungan terhadap tingkat tekanan psikologis, serta tingkat depresi yang lebih tinggi. Hasil penelitian tersebut menjadi indikasi terjadinya kesejahteraan psikologis yang rendah, karena berdasarkan Ryff dan Keyes (1995) kesejahteraan psikologis adalah kondisi yang dimiliki individu yang mana tidak adanya gejala depresi menjadi salah satu hal yang diperlukan untuk memperoleh kesejahteraan psikologis.

Para pengguna aplikasi kencan idealnya memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi sehingga dapat menjadi pribadi yang berfungsi secara positif. Kesejahteraan psikologis yang tinggi pada pengguna aplikasi juga dapat mengurangi risiko yang mungkin terjadi karena, kencan yang dilakukan secara *online* memiliki beberapa faktor risiko terhadap kesejahteraan pengguna seperti, *body image* yang buruk, objektifitas, percakapan yang berhenti secara tiba-tiba, serta salah paham (Breslow et al., 2019; Fullwood et al., 2019; Thompson, 2018). Prosedur yang ada dalam penggunaan aplikasi kencan, dapat menjadi salah satu alasan akan timbulnya *body image* yang buruk tersebut. Hal ini dikarenakan

pengguna aplikasi dapat melakukan *swipe* ke kanan sebagai tanda menyukai dan *swipe* ke kiri sebagai tanda tidak menyukai, yang mana prosedur tersebut dilakukan hanya berdasarkan foto yang ditampilkan oleh pengguna lainnya (Ward, 2017)

Kesejahteraan psikologis yang tinggi juga akan membantu individu dalam memenuhi tugas perkembangannya yang dalam hal ini tugas perkembangan yang dimaksud adalah membangun hubungan romantis dengan lawan jenis (Hurlock, 2009). Selain itu kesejahteraan psikologis yang tinggi pun dapat membantu untuk menjadi pribadi yang utuh (*fully functioning person*).

Kesejahteraan psikologis juga memiliki faktor-faktor yang mempengaruhi didalamnya. Faktor-faktor tersebut disebutkan oleh Ryff (1989) antara lain faktor demografis (usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan budaya), dukungan sosial, pemberian arti dalam hidup, religiusitas, dan kepribadian. Selain faktor yang dipaparkan oleh Ryff (1989) tersebut, Dyah dan Fourianalistyawati (2018) melakukan penelitian dengan hasil bahwa *mindfulness* juga menjadi faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

Menimbulkan kesejahteraan dalam diri diperlukan adanya keinginan dan keterbukaan terhadap hal-hal dan pengalaman baru sebagai media untuk eksplorasi diri, atau dapat disebut pencarian sensasi. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Ravert dan Donnellan (2020) bahwa dalam beberapa hal pencarian sensasi memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis. Keterbukaan terhadap hal baru dapat memberikan peluang terhadap banyak kesempatan seperti pergantian karir, jenjang pendidikan, pencarian hubungan dengan lawan jenis, dan

sebagainya (Ravert & Donnellan, 2020).

Pencarian sensasi sendiri didefinisikan sebagai perilaku yang ditentukan oleh adanya kebutuhan pada individu untuk mencari sensasi, variasi pengalaman yang baru dan tidak biasa, serta keinginan untuk mengambil risiko baik legal, sosial, serta finansial hanya untuk mendapatkan pengalaman baru dan tak biasa tersebut (Zuckerman, 2007). Roberti (2004) menambahkan bahwa individu yang melakukan kegiatan dengan maksud pencarian sensasi pada umumnya bertujuan agar mendapat kegairahan dan meningkatkan rangsangan yang optimal serta cenderung akan terus melakukan stimulus baru dan luar biasa, hingga kerap menjadikan dirinya dan orang disekitarnya berada dalam bahaya dikarenakan kecemasan dan perasaan tidak menyenangkan yang timbul sebagai salah satu akibat dari perilaku pencarian sensasi.

Pencarian sensasi dilengkapi dengan dimensi-dimensi yang terdapat didalamnya yaitu *thrill and adventure seeking* (TAS), *experiences seeking* (ES), *disinhibition* (DIS), dan *boredom susceptibility* (BS) (Zuckerman, 2007). Pencarian sensasi juga dibagi menjadi dua yaitu pencarian sensasi rendah (*low sensation seeking*) dan pencarian sensasi yang tinggi (*high sensation seeking*). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ratna (2002) individu dengan pencarian sensasi yang rendah (*low sensation seeking*) kerap menghindari dari kegiatan yang berisiko. Sejalan dengan pendapat tersebut, maka individu dengan pencarian sensasi tinggi (*high sensation seeking*) cenderung merupakan tipe yang ekstrovert ditandai dengan kepribadian yang terbuka akan pengalaman baru (Zuckerman, 2005).

Pencarian sensasi pada dasarnya merupakan suatu sifat dalam kepribadian yang dimiliki pada setiap individu dengan perbedaannya masing-masing (Gatzke, 2005). Hal-hal yang membedakan tersebut dapat didasarkan pada stimulus yang didapat dan merangsang reseptor dalam diri sehingga memicu individu untuk melakukan sesuatu yang baru sehingga dapat memenuhi kebutuhan pengalaman dan sensasi tersebut (Chaplin, 2006). Oleh karena itu guna memenuhi kebutuhan hasrat sensasi yang timbul, individu kerap melakukan *Experiences Seeking* atau diartikan sebagai kegiatan mencari sensasi serta pengalaman baru melalui pikiran, fisik, serta gaya hidup yang diluar kebiasaan individu (Zuckerman, 2007).

Penelitian serupa terkait pencarian sensasi dengan kesejahteraan psikologis masih sangat minim dilakukan di Indonesia, terutama dengan subjek para pengguna aplikasi kencan. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui hubungan diantara kedua variabel tersebut terutama pada pengguna aplikasi kencan di Indonesia.

Berdasarkan uraian mengenai latar belakang permasalahan tersebut, peneliti mengajukan perumusan masalah penelitian yaitu apakah terdapat hubungan antara pencarian sensasi dengan kesejahteraan psikologi pada pengguna aplikasi kencan?

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur secara ilmiah tentang hubungan antara pencarian sensasi dengan kesejahteraan psikologis pada pengguna aplikasikencan.

2. Manfaat

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini yaitu dapat memberi sumbangan dalam ilmu psikologi terutama pada ilmu psikologi klinis dan psikologi perkembangan. Serta menjadi bahan tambahan pustaka bagi masyarakat yang memiliki ketertarikan dalam dua bidang psikologi tersebut.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah diharapkan dapat membantu pembaca terutama pengguna aplikasi kencana agar dapat lebih memahami dampak psikologis terutama dalam kesejahteraan psikologis dan pencarian sensasi yang mungkin saja terjadi dalam penggunaan aplikasi kencana agar dapat lebih bijak dalam penggunaannya.