

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Setiap manusia akan mengalami tahap perkembangan dalam hidupnya, salah satunya adalah tahap dewasa awal. Dewasa awal merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Transisi dari ketergantungan menuju kemandirian bersifat ekonomi dan mandiri, penentuan nasib sendiri, dan pandangan realistis tentang masa depan (Putri, 2019). Menurut Santrock (2011) dewasa awal adalah istilah yang sekarang digunakan untuk menggambarkan masa transisi dari masa muda ke masa dewasa. Usia tersebut berkisar antara 18 sampai 25 tahun yang ditandai dengan perubahan konstan.

Hurlock (dalam Putri, 2019) mengatakan bahwa kegiatan perkembangan individu dewasa awal yaitu mencari pekerjaan, memilih pasangan hidup, belajar membentuk keluarga, mendidik dan mengasuh anak, manajemen rumah tangga, mempunyai tanggung jawab sebagai warga negara, dan berada dalam kelompok sosial. Tahap perkembangan dewasa awal terdapat pada tahap keenam, yaitu "*intimacy vs isolation*", yang mana individu mempunyai peran penting berkaitan dengan membangun hubungan dekat dengan orang lain. Apabila individu tidak berhasil membentuk hubungan dekat dengan orang lain ketika masa dewasa awal, dirinya dapat merasa terisolasi (Santrock, 2017).

Cinta adalah salah satu hal terpenting dalam hidup seseorang. Kelompok umur yang tidak akan lepas dari permasalahan cinta adalah dewasa awal (Angela & Hadiwirawan, 2022). Nelson dan Barry (2005) menjelaskan bahwa hubungan romantis terjadi pada tahap ini biasanya sudah berlangsung lama dan sudah ada tahap ketika seseorang mulai mencari pasangan hidup. Ketika dirinya memutuskan untuk menjalani komitmen hubungan romantis, semua orang pasti memiliki keinginan untuk mencapai hubungan romantis yang baik.

Pacaran adalah suatu hubungan dimana dua orang bertemu dan melakukan berbagai aktivitas bersama untuk saling mengenal (De Genova & Rice, 2005). Menurut Iqbal (2020) pacaran yaitu untuk lebih mengenal satu sama lain dan mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang kepribadian orang lain. Pacaran dianggap sebagai waktu untuk mencari pasangan, mengeksplorasi dan memahami perbedaan kepribadian masing-masing individu (Muhammad & Irwansyah, 2021).

Ayu (2022) berpendapat bahwa setiap hubungan pasti mempunyai masalah, baik masalah kecil maupun serius dan sulit untuk diselesaikan. Bentuk-bentuk permasalahan dalam hubungan berpacaran sangat beragam, contohnya seperti perbedaan pendapat, kurangnya komunikasi, dan timbulnya perasaan cemburu. Ayu (2022) menambahkan bahwa masalah yang sering muncul dalam suatu hubungan adalah rasa cemburu yang muncul dari salah satu atau kedua individu yang terlibat dalam hubungan tersebut. Permasalahan dalam sebuah hubungan memang tidak bisa diselesaikan dengan mudah dan cepat, bahkan kehadiran masalah tersebut bisa mengakhiri hubungan.

Salah satu permasalahan utama dalam pacaran adalah kurangnya komunikasi yang efektif antara pasangan. Kesalahpahaman dan masalah yang tidak diselesaikan dapat menumpuk dan menyebabkan konflik lebih lanjut (Jones & Smith, 2018). Dalam pacaran, masalah kepercayaan dapat timbul dari berbagai situasi seperti perselingkuhan atau kecurigaan tanpa dasar. Hal ini dapat mengakibatkan ketidakstabilan hubungan dan stres bagi kedua belah pihak (Miller & Johnson, 2019).

Pada dewasa awal, banyak individu masih mencari jati diri dan tujuan hidup mereka. Hal ini dapat menyebabkan ketidakpastian dalam hal komitmen jangka panjang dengan pasangan mereka (Garcia & Rees, 2017). Banyak pasangan merasa tertekan oleh harapan sosial dan budaya terkait dengan hubungan mereka. Tekanan untuk menikah atau mencapai tahap-tahap tertentu dalam hubungan seringkali dapat menciptakan stress dan ketegangan dalam pacaran (Kim & Lee, 2016).

Yudiandani, Zahirman, dan Erlinda (2019) menambahkan dari sudut pandang gaya berpacaran mahasiswa saat ini adalah sering melakukan kegiatan bermesraan seperti berjalan bersama, berpegangan tangan, berpelukan sambil mengemudi. Oleh karena itu, ketika pasangan dekat dan lebih mengutamakan lawan jenis dibandingkan pasangannya, maka akan timbul rasa cemburu. Menurut Pines (1998) kecemburuan adalah kecemburuan adalah suatu reaksi yang rumit sebagai respons seseorang terhadap ancaman yang memiliki potensi untuk merusak bahkan dapat mengakhiri suatu hubungan yang berharga atau mengancam kualitas suatu hubungan penting.

White (1999) mengemukakan kecemburuan sebagai pemikiran, perasaan, dan tindakan kompleks yang timbul karena kehilangan yang mengancam harga diri dan kelangsungan atau kualitas hubungan romantis. Kualitas hubungan yang dipenuhi dengan kecemburuan akan dipenuhi energi negatif karena tidak bahagia baik karena masalah perselingkuhan atau masalah yang lain (Banfield & McCabe, 2001).

Menurut konsep analisa dari White (1999), bahwa kecemburuan berisi tiga aspek. Pertama, aspek emosi (*emotional jealousy*), mencakup berbagai emosi seperti kemarahan, rasa tidak aman, takut, dan sedih. Kedua, aspek kognisi (*cognitive jealousy*), yang dimaknai sebagai pemikiran tentang kegelisahan, keraguan, dan kekhawatiran terhadap hubungan yang dijalani pasangan dengan lawan jenis. Dan ketiga adalah perilaku (*behavioral jealousy*), dimaknai sebagai tindakan/kegiatan detektif dan perlindungan, tindakan detektif meliputi menanyakan, memeriksa dan mencari keberadaan pasangan, dan tindakan perlindungan mencakup pada strategi intervensi untuk memastikan tidak terjadi keintiman antara pasangan dan saingan.

Penelitian yang berjudul “Kecemburuan dan Perilaku *Dating Violence* Pada Remaja Akhir” melibatkan sebanyak 138 responden. Terdapat distribusi gender cukup seimbang antara laki-laki dan perempuan, yaitu 70 subjek (50,7%) berjenis kelamin laki-laki dan 68 subjek (49,2%) berjenis kelamin perempuan. Wolfe dan Feiring (dalam Fajri & Haiyun, 2019) menjelaskan bahwa *dating violence* merupakan bentuk-bentuk perilaku seperti mengontrol dan mendominasi aktivitas pasangan, dapat berupa kekerasan fisik, kekerasan seksual, atau kekerasan psikis

yang berpotensi terjadinya akumulasi cedera atau kerugian. Murray (dalam Fajri & Haiyun, 2019) menyebutkan tiga bentuk *dating violence* yakni kekerasan verbal dan emosional, kekerasan seksual, dan kekerasan fisik. Dalam penelitian tersebut, kecemburuan berada pada tingkat yang tinggi yaitu kecemburuan menyumbang 36,4% terhadap perilaku *dating violence*, sedangkan 63,6% dipengaruhi oleh faktor lain. Kecemburuan telah dikaitkan dengan munculnya kekerasan dalam pacaran diakhir masa remaja, sehingga menunjukkan bahwa perilaku kekerasan sering kali dipicu oleh perasaan cemburu yang dimiliki seseorang terhadap pasangannya (Fajri & Haiyun, 2019).

Menurut laporan tahunan "Catatan Tahunan" (CATAHU) dari Komnas Perempuan pada tahun 2018, kasus kekerasan dalam hubungan pacaran menempati peringkat ketiga dengan jumlah kasus sebanyak 1.873. Pada tahun 2019, angka kasus kekerasan dalam pacaran meningkat menjadi 2.073 kasus. Di Kalimantan Timur, provinsi tersebut menduduki peringkat ketujuh di Indonesia dengan jumlah kasus kekerasan terbanyak. Laporan tersebut juga mencatat bahwa korban kekerasan dalam pacaran di Indonesia sebagian besar berada di tingkat pendidikan SLTP dan SLTA dengan total korban 1.594 orang. Rentang usia korban kekerasan ini berkisar antara 13 hingga 17 tahun, dengan jumlah korban 834 orang. Pelaku kekerasan dalam hubungan pacaran, yang didasarkan pada hubungan yang terjalin, sebagian besar dilakukan oleh pacar atau teman, dengan jumlah pelaku sebanyak 473 orang (Tunisa & Damaiyanti, 2021).

Terdapat kasus kekerasan pada seseorang akibat kecemburuan yang melibatkan dewasa awal berumur 18 tahun sebagai tersangka yang menganiaya kekasih baru mantannya hingga tewas. Menurut hasil wawancara oleh Kapolsek Palmerah Polres Kopol Dodi Abdulrohim mengakui bahwa motif penganiayaan tersebut akibat pelaku cemburu buta terhadap AP (20 tahun). Sehari setelah dilakukan penganiayaan, AP selaku korban meninggal setelah dilakukan perawatan di rumah temannya (Antara, 2023). Kemudian, terdapat kasus lain yang dilansir dari A News ID dalam artikel “Cemburu Buta, Pria di Berau Aniaya Pemuda yang Diduga Selingkuh dengan Istrinya” yang diterbitkan pada 24 Mei 2024 oleh Berita Independen menyebutkan bahwa seseorang pemuda di Kabupaten Berau babak belur setelah dihajar oleh bapak dan anak. Penganiayaan tersebut berawal dari kecurigaan pelaku terhadap korban yang dianggap menjadi selingkuhan istrinya. Sebelum melakukan penganiayaan, pelaku mengajak korban ke rumahnya untuk diinterogasi. Saat pelaku menanyakan tentang kecurigaannya kepada korban, korban membantah dan tidak mengakuinya hingga memicu emosi pelaku dan langsung menyerang korban bersama anak kandungnya dengan memukul dan menendang korban dengan tangan kosong dan kaki (Berita Independen, 2024). Hal ini membuat peneliti ingin mengetahui lebih banyak bagaimana tingkat kecemburuan yang ada di Kabupaten Berau karena belum adanya penelitian yang serupa di lokasi ini, dan terdapat karakteristik khusus yang melekat pada lokasi penelitian.

Kemudian dari hasil wawancara informal yang telah peneliti lakukan terhadap 15 subjek dewasa awal yang berpacaran di Kabupaten Berau melalui

WhatsApp pada Selasa, 7 Mei 2024 dan Jum'at, 10 Mei 2024 berdasarkan 3 aspek kecemburuan menurut White (1999) yaitu emosi, kognisi, dan perilaku, ditemukan bahwa 14 dari 15 subjek merasakan stres dalam menjalani hubungan berpacaran karena sikap kecemburuan dari pasangannya. Subjek merasakan gejala-gejala seperti merasa tertekan, stres, tidak boleh berbaur dengan orang lain, sulit berinteraksi dengan lawan jenis, kegiatan terganggu, tidak fokus, merasa bersalah, *overthinking*, perubahan suasana hati, emosi tidak stabil, risih, subjek juga merasa minim pengetahuan karena terlalu sering diminta untuk berada di rumah, dan terpaksa berubah menjadi sosok yang *introvert* demi menjaga perasaan pasangannya. Sedangkan, 1 subjek lainnya merasa kecemburuan dari pasangannya tidak mempengaruhi pikiran, perasaan, dan perilakunya.

Selain mendapatkan sikap kecemburuan dari pasangannya, 13 dari 15 subjek juga pernah merasakan sikap cemburu terhadap pasangannya. Berdasarkan aspek-aspek kecemburuan menurut White (1999) yaitu emosi, kognisi, dan perilaku, dijelaskan oleh 13 subjek dengan perasaan marah, kesal, emosi tidak stabil, tidak fokus dalam berkegiatan, sedih, mengganggu pikiran, menjadi sosok yang sensitif, timbul perasaan cemas, dan *trust issue*. Subjek juga merasa tersingkirkan dan *insecure* akibat sikap cemburu yang dirasakannya dalam hubungan dengan pasangannya tersebut. Sedangkan, 2 subjek lainnya tidak pernah merasakan cemburu terhadap pasangannya karena mereka percaya kepada pasangan dan pasangan mereka belum pernah membuatnya cemburu.

Dari fakta-fakta yang telah diuraikan diatas, dapat disimpulkan bahwa 93% dewasa awal mengaku memperoleh sikap kecemburuan dari pasangannya dan 87% dewasa awal mengaku merasa cemburu terhadap pasangannya yang ditunjukkan dengan pikiran untuk mengalah, mengalami rasa sakit, kesedihan, takut, dan perubahan suasana hati. Hal tersebut berarti bahwa kecemburuan pada dewasa awal yang berpacaran di Kabupaten Berau cukup tinggi. Diharapkan tingkat kecemburuan pada dewasa awal dapat berada di kategori rendah. Kecemburuan dengan tingkat rendah dan wajar akan memberikan dampak positif terhadap hubungan romantis. Tingkat kecemburuan rendah bisa meningkatkan kepuasan serta komitmen dalam suatu hubungan romantis (Utz & Beukeboom, 2011).

Kecemburuan adalah hal yang wajar dan salah satu emosi yang normal dalam hubungan romantis (Pines, 1998). Rasa cemburu memang bisa membuat suatu hubungan semakin harmonis jika bisa diselesaikan karena kecemburuan bisa menilai suatu hubungan. Elfrida (2015) mengungkapkan bahwa dampak positif dan negatif yang dialami individu sehubungan dengan rasa cemburu yang dimilikinya dapat dipengaruhi oleh kemampuan dalam mengenali emosi yang muncul dalam dirinya dan setelah mampu menggunakan dan mengelola emosi tersebut dengan tepat yang disebut dengan kecerdasan emosi.

Nur'Aini (2019) berpendapat bahwa seseorang yang pernah cemburu akan melakukan perilaku cemburu berbahaya meliputi melukai diri sendiri atau pasangannya karena kurangnya kemampuan mengatur emosinya sehingga muncul cinta posesif dalam hubungan romantis remaja, namun mereka tidak mampu

mengungkapkan perasaannya dan mengidentifikasi dirinya sehingga mengarah pada perilaku cemburu berbahaya. Pasangan dengan perilaku tidak sesuai tersebut dapat menimbulkan konflik, penarikan diri, kecemasan, bahkan perselingkuhan (Iskandar, 2017).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemburuan meliputi rasa tidak nyaman pada diri sendiri, kemungkinan memiliki pengalaman kehilangan pada masa lalu (Herron & Petter, 2005). Kemudian, Surbakti (2009) mengatakan bahwa faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemburuan yaitu kehadiran pihak ketiga, kepribadian individu dengan *alexithymia*, takut kehilangan, dan kesetiaan yang meragukan. Menurut Kyegombe, Stern, dan Buller (2022) kecemburuan dikaitkan dengan rasa tidak aman, kecemasan, rendahnya harga diri, penyalahgunaan alkohol, penurunan kualitas dan kepuasan hubungan, serta ketidakpastian dalam hubungan.

Berdasarkan faktor-faktor determinan tersebut, maka harga diri diasumsikan sebagai salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi tingkat kecemburuan. Hal ini dikarenakan faktor harga diri sangat besar pada sebuah hubungan seperti berpacaran. Due, Khotimah, dan Sera (2023) mengemukakan harga diri merupakan bagian penting dalam suatu hubungan, sebab individu yang tidak mempunyai atau sudah kehilangan harga diri akan mudah memiliki bias negatif pada pasangannya dan hal ini akan menimbulkan masalah dalam hubungannya.

Menurut Coopersmith (1967) harga diri merupakan evaluasi yang dilakukan individu dan kebiasaan memandang diri sendiri, meliputi hal penerimaan, penolakan dan tanda-tanda tingkat kepercayaan diri individu mengenai

kemampuan, kepentingan, kesuksesan, serta keberhargaan. Kemudian Myers (dalam Ayu, 2022) mengemukakan bahwa harga diri adalah penilaian pribadi individu terhadap dirinya sendiri, baik positif maupun negatif.

Menurut Coopersmith (1967) aspek-aspek dari harga diri dibedakan menjadi empat, yaitu keberartian (*significance*), kekuatan (*power*), kemampuan (*competence*), dan kebajikan (*virtue*). Pertama, aspek keberartian (*significance*) terlihat dari adanya penerimaan, penghargaan, dan kasih sayang dari orang-orang terdekat terhadap individu. Kedua, aspek kekuatan (*power*) diartikan sebagai kemampuan untuk mempengaruhi dan mengendalikan orang lain dan diri sendiri. Ketiga, aspek kemampuan (*competence*) didefinisikan sebagai penampilan yang tepat guna memperoleh prestasi baik dan meraih segala hal yang diharapkan oleh seseorang. Dan keempat, aspek kebajikan (*virtue*) diartikan sebagai kepatuhan terhadap nilai moral, aturan, etika, dan ketentuan yang berlaku di lingkungan tempat individu tumbuh dan berkembang sehingga menjadi panutan.

Penelitian yang dilakukan oleh Due, Khotimah, dan Sera (2023) yang melibatkan sebanyak 385 responden yaitu mahasiswa berpacaran yang berusia 18-25 tahun. Kecemburuan pada mahasiswa berpacaran berada di tingkat sedang dengan presentase 41%, sedangkan harga diri pada mahasiswa berpacaran juga berada di tingkat sedang dengan presentase 47,8%. Ada hubungan sangat signifikan antara harga diri dengan kecemburuan pada mahasiswa berpacaran dalam arah negatif. Makna dari arah negatif yaitu semakin tinggi harga diri maka akan semakin rendah kecemburuan pada mahasiswa berpacaran dan begitu pula sebaliknya

semakin rendah harga diri maka akan semakin tinggi kecemburuan pada mahasiswa berpacaran. Kemudian, penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa seseorang dengan harga diri tinggi merasa berharga sehingga memungkinkan mereka menghormati orang lain. Seseorang yang sadar bahwa dirinya berharga, ketika melihat pasangan semakin dekat dengan lawan jenisnya, dirinya memiliki kemampuan untuk mengontrol tindakannya dan mengendalikan emosinya sehingga merasa nyaman jika pasangannya tidak memedulikannya. Selain itu, seseorang juga mengalami rasa penerimaan, dimana dirinya akan merasa diterima oleh pasangannya apa adanya sehingga tidak merasakan iri atau cemburu terhadap pasangannya.

Menurut Dewi (dalam Ayu, 2022) menjelaskan bahwa harga diri adalah faktor yang berperan penting dalam suatu hubungan romantis. Individu yang merasa harga dirinya rendah akan gampang merasa cemburu terhadap pasangannya karena merasa ditinggalkan dan tidak berharga dalam hubungan yang dijalaninya. Individu yang kehilangan harga diri akan gampang mengembangkan emosi negatif atau pikiran buruk terhadap pasangannya dan menjadi masalah dalam hubungannya. Perasaan negatif tersebut dapat berupa ketidakpercayaan diri terhadap pasangan, selalu berpikir dan berprasangka buruk terhadap pasangan, dan tidak yakin dengan pasangannya (Ayu, 2022). Hal ini yang dapat menyebabkan harga diri rendah terhadap pasangan. Apabila seseorang memiliki harga diri tinggi, dirinya tidak akan mudah merasakan kecemburuan kepada pasangannya karena tingginya harga diri tersebut membuatnya tidak perlu berpikiran buruk terhadap segala sesuatu.

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena sikap kecemburuan seseorang dapat berdampak negatif atau buruk seperti kasus-kasus kekerasan yang telah dipaparkan sebelumnya. Sikap kecemburuan yang berlebihan dapat menimbulkan konflik terhadap diri sendiri maupun orang lain yang berkaitan atau yang dicemburui oleh seseorang. Kemudian, belum adanya penelitian yang serupa dengan lokasi penelitian ini juga membuat peneliti tertarik untuk menggali informasi serta hasil penelitian lebih lanjut. Selain itu, karakteristik subjek dalam penelitian ini juga berbeda dengan penelitian sebelumnya oleh Ayu (2022), yang mana penelitian ini menggunakan subjek dewasa awal di Kabupaten Berau, sedangkan penelitian sebelumnya oleh Ayu (2022) menggunakan subjek mahasiswa BPI semester 8 IAIN Ponorogo sehingga akan menciptakan hasil penelitian yang berbeda.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan kecemburuan pada dewasa awal yang berpacaran di Kabupaten Berau.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan kecemburuan pada dewasa awal yang berpacaran di Kabupaten Berau.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis semoga penelitian ini dapat menjadi referensi yang bermanfaat khususnya dalam bidang psikologi klinis yang terkait dengan harga diri serta kecemburuan dalam hubungan berpacaran pada dewasa awal.

b. Manfaat Praktis

a) Bagi Penulis

Bagi penulis yaitu dapat berbagi ilmu yang telah diperoleh selama kuliah, sehingga penelitian ini menjadi bahan untuk pengembangan ilmu bagi penulis.

b) Bagi Dewasa Awal

Bagi dewasa awal yaitu diharapkan dapat bermanfaat dalam menjalani hubungan berpacaran dengan pasangannya untuk lebih mementingkan kesehatan mental masing-masing.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai acuan/intervensi kajian dan studi kepustakaan sehingga memudahkan peneliti selanjutnya untuk memulai penelitian dengan topik serupa kedepannya.