

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

“Cinta” merupakan kata tidak asing lagi di telinga, terlebih di zaman modern dengan segala pengetahuan yang ada. Secara umum, cinta diartikan sebagai ungkapan rasa suka, meliputi intimasi, kasih sayang, dan perasaan nyaman antar individu baik sejenis maupun yang berbeda jenis kelamin (Sullivan dalam Feist & Feist, 2009). Menurut Yuwanto (2011), pada dasarnya cinta merupakan kondisi nyaman antar individu yang saling menyayangi dan saling berusaha menjaga hubungan romantis agar tetap langgeng dan nyaman untuk dijalani.

Menurut Sullivan (Feist & Feist, 2009), cinta merupakan kondisi nyaman suatu pasangan yang dipengaruhi juga oleh *tenderness* (kenyamanan) dan *intimacy* (intimasi). Kenyamanan lebih mengarah kepada peningkatan *euphoria* atau dapat juga dikatakan sebagai kebahagiaan yang didapat dari seseorang, baik itu kebahagiaan yang didapat dari ibu, ayah, saudara kandung, teman, atau bahkan bisa juga berupa kebahagiaan yang didapat dari hewan peliharaan. Berbeda dengan kenyamanan, intimasi atau yang dapat diartikan sebagai keakraban, lebih terbatas kepada kenyamanan yang berkaitan dengan *equal felling* (perasaan yang sama) antar individu.

Menurut pandangan Maslow (Boeree, 2007), cinta adalah salah satu kebutuhan dasar manusia pada tingkat ketiga (*need of belongingness*) dalam

Hierarki Kebutuhan. Kebutuhan seseorang untuk mendapatkan cinta akan muncul ketika kebutuhan fisiologis dan kebutuhan akan rasa aman telah terpenuhi. Kebutuhan seseorang untuk mendapatkan cinta biasanya termanifestasikan menjadi keinginan untuk berteman, keinginan untuk menjalin hubungan berdasarkan perasaan-perasaan sampai pada keinginan untuk memiliki kekasih, membangun keluarga, memiliki keturunan, dan mencoba menjadi bagian dari satu kelompok di dalam masyarakat (Maslow dalam Boeree, 2007).

Menjalin hubungan berdasarkan perasaan-perasaan memiliki beraneka ragam bentuk dan salah satunya adalah hubungan berpacaran. Menurut Santrock (2007), pacaran adalah fenomena yang sering dijumpai dan sudah mulai ada pada tahun 1920-an. Pada mulanya, pacaran berfungsi sebagai salah satu cara untuk memilih dan mendapatkan seorang pasangan hidup dengan adanya pengawasan cermat dari orangtua demi menghindari hal-hal tidak diinginkan. Terkadang, orangtua memilihkan pasangan bagi putra-putri yang dirasa telah siap untuk membangun kehidupan rumah tangga. Namun seiring perkembangan jaman, individu yang berpacaran telah memiliki kebebasan dan peran lebih untuk memilih serta menentukan pasangan dalam menjalin hubungan berpacaran (Santrock, 2007).

Kedekatan dan kegiatan bersenang-senang antar individu lawan jenis sebelum menikah juga terjadi selama hubungan berpacaran (Ikhsan dalam Isnaeni, 2018). Bermula dari adanya *romantic feeling*, rasa cinta dan keinginan untuk selalu melakukan kedekatan emosional antar individu berlanjut ke tahap kedua berupa ketertarikan fisik terhadap pasangan terkasih yang memenuhi isi pikiran

(Kienlen dalam Isnaeni, 2018). Tahap kedua ini sering dikatakan sebagai fase *lovesick* (mabuk kepayang) sehingga memunculkan kerinduan, hasrat mendalam untuk berdekatan dan menikmati sentuhan secara fisik, serta menjadikan pasangan terkasih sebagai pasangan yang ideal. Memasuki tahap ketiga, kelekatan emosi antar individu mulai terjalin dalam hubungan berpacaran. Komitmen, pemahaman karakter antar individu, dan keputusan untuk melanjutkan hubungan ke jenjang pernikahan terjadi pada tahap kelekatan emosi (Kienlen dalam Isnaeni, 2018).

Sayangnya, tidak setiap hubungan berpacaran berlanjut ke jenjang pernikahan. Perubahan *mood*, kondisi kesehatan, hingga perubahan keputusan untuk mengakhiri hubungan berpacaran merupakan hal yang normal terjadi selama proses berpacaran yang penuh dengan perubahan (Duck & Rollie dalam Rumondor, 2013). Akan tetapi, kegagalan untuk melanjutkan hubungan ke jenjang pernikahan setelah berpacaran, yang dapat juga dikatakan sebagai “kegagalan dalam berpacaran” dinilai berkonotasi negatif dan dikaitkan dengan pupusnya harapan individu dalam menjalani kehidupan (Rumondor, 2013).

Kaget, marah dan perasaan tidak terima adalah dampak pertama kali yang dirasakan saat terjadi kegagalan dalam berpacaran (Verauli dalam Oktaviani, 2012). Dampak kegagalan akan semakin buruk apabila kegagalan dalam berpacaran terjadi mendadak tanpa adanya pembicaraan mengenai pemutusan hubungan bersama secara baik-baik. Yuwanto (2010) menambahkan, akibat dari gagal dalam berpacaran yang dikarenakan hilangnya kondisi nyaman antar individu yang saling menyayangi dan saling berusaha menjaga hubungan romantis agar tetap langgeng dan nyaman untuk dijalani, dapat menimbulkan *shock* yang

diiringi reaksi tiba-tiba kepala terasa pusing, menangis, tenggorokan terasa kering, maupun perasaan melayang yang tak tergambar. Kegagalan dalam berpacaran dapat juga menimbulkan kekacauan pikiran, dan penolakan tentang keagalannya, sehingga terkadang dijauhi oleh lingkungan (Yuwanto, 2011).

Setyaningrum (Oktaviani, 2012) menjelaskan bahwa depresi yang berkepanjangan sebagai akibat dari kegagalan dapat menyebabkan trauma pada individu yang mengalami kegagalan, sehingga takut untuk menjalin hubungan asmara lagi. Terkadang sikap tertutup sebagai mekanisme pertahanan diri (*self defend mechanism*) akan muncul untuk melindungi perasaan tidak nyaman pada diri individu akibat gagal dalam berpacaran (Yuwanto, 2011). Ketakutan dan dilanjutkan sikap tertutup dari individu yang mengalami kegagalan akan memunculkan perasaan nyaman, namun perasaan itu hanya sementara, karena dapat dipastikan individu lain di lingkungan juga akan menjauh, sehingga individu akan merasa semakin lemah, kesepian dan depresi karena tidak dapat menjalin relasi sosial (De Jong-Gierveld, 1989). Relasi sosial dan interpersonal berguna untuk membagi kesedihan yang sedang dialami dengan individu lain. Bahkan jika kegagalan tersebut berdampak pada munculnya perasaan putus asa, akan memungkinkan munculnya perilaku bunuh diri.

Menurut data Komisi Nasional Perlindungan Anak semester pertama tahun 2011 (Pertwi, 2011), gagal dalam berpacaran menyebabkan 9 dari 23 anak di Jakarta melakukan bunuh diri, 91% diantaranya adalah anak-anak berusia 13-17 tahun. Bunuh diri sebagai dampak dari gagal dalam berpacaran pun masih terus berlanjut pada tahun 2012. Berdasarkan data Komnas Perlindungan Anak, pada

bulan Januari hingga Juli 2012 telah tercatat sebanyak 20 kasus bunuh diri dan 8 kasus diantaranya terjadi karena ketidakmampuan remaja dalam menjalin relasi interpersonal sehingga memendam masalah kegagalan dalam berpacaran yang sedang dialaminya. Kejadian bunuh diri akibat putus juga terjadi pada mahasiswa salah satu Sekolah Tinggi di Jakarta Selatan pada awal bulan April tahun 2017 (Ronald, 2017).

Menurut Prawitasari (1986), mahasiswa sebagai generasi muda adalah harapan masa depan bangsa, namun tidak akan tercapai jika mahasiswa kesulitan untuk melakukan relasi interpersonal dengan orang lain di sekitarnya. Padahal relasi interpersonal merupakan salah satu kebutuhan manusia dalam perannya sebagai makhluk *zoon politicon* (Raharjo, 2007). Kesepian akan tampak pada individu sebagai indikasi dari rendahnya relasi interpersonal (De Jong-Gierveld, 1989).

Semula, kesepian juga tampak pada Gwl, mahasiswi sebuah Universitas angkatan 2014 di Yogyakarta, akan tetapi berdasarkan wawancara dengan peneliti pada tanggal 16 Maret 2017, diketahui bahwa tempat sepi dan menyendiri memang pilihan Gwl pribadi. Kepada peneliti, Gwl bercerita bahwa semenjak awal memang telah muncul ketakutan dan sulit untuk percaya dalam diri Gwl, terlebih pada kaum laki-laki. Anggapan Gwl terhadap teman laki-laki semakin menjadi negatif setelah merasakan "sakitnya" kegagalan dalam berpacaran, sehingga memunculkan perasaan malas walau sekedar untuk mengenal.

Menurut Gwl, perasaan malas mengenal juga Gwl berlakukan kepada beberapa teman perempuan yang gemar memamerkan pacar mereka, terlebih saat

pengakuan Gwl sebagai individu yang sensitif, dianggap sebagai pribadi yang selalu serius dan hanya mau untuk berelasi interpersonal dengan beberapa individu yang dianggap nyaman bagi Gwl, sehingga teman-teman malas untuk bercanda dengan Gwl.

Semenjak adanya rasa sakit, anggapan negatif kepada teman-teman dan perasaan malas untuk mengenal yang ada, membuat Gwl tidak menyukai keramaian dan lebih memilih untuk sendiri, bahkan terkadang menolak untuk berkelompok dalam mengerjakan tugas kelompok. Penolakan untuk berkelompok tampak pada observasi tanggal 13 Januari hingga 3 Februari 2017 saat Gwl mengerjakan ulang tugas kelompok dan disaat Gwl membuat salinan data buatan pribadi guna berjaga-jaga apabila tugas kelompok hilang maupun tertinggal oleh teman-teman sekelompok.

Menurut Hinde (Blumstein & Kollock, 1988), relasi adalah hubungan antar dua orang yang saling terkait dan menimbulkan timbal balik dari orang lain. Hinde (Blumstein & Kollock, 1998) menambahkan bahwa relasi tidak sama dengan interaksi. Relasi adalah suatu rangkaian yang berhubungan dengan interaksi, muncul akibat kenangan masa lalu dan berubah memengaruhi relasi di masa yang akan datang. Walaupun begitu, relasi tidak akan terbangun apabila tidak adanya interaksi yang saling berhubungan dan memengaruhi individu lain.

Relasi tidak hanya mencakup tentang hubungan antar dua orang yang saling terkait, namun juga kedekatan yang di dalamnya terdapat relasi interpersonal. Relasi interpersonal didefinisikan sebagai kedekatan berupa kehangatan, ikatan yang akrab, dan hubungan yang menghadirkan emosi positif

sebagai tanda kedekatan yang terjalin, yang terbentuk karena adanya saling ketergantungan antar individu, sering terjadi dan sangat banyak dalam suatu periode waktu tertentu (Kelly dalam Blumstein & Kollock, 1988). Relasi interpersonal berfokus pada individu sebagai individu yang memiliki keunikan berdasarkan sikap dan kecakapan individu saat berelasi dengan individu lain.

Meskipun kegagalan dalam berpacaran membawa efek buruk berupa kemarahan, perasaan tidak terima, reaksi negatif dari dalam tubuh, kekacauan pikiran, trauma, hingga depresi dan bahkan sikap tertutup pada individu yang mengalami kegagalan, namun lain halnya dengan A, salah satu mahasiswi di Kota Yogyakarta. Kepada peneliti, pada hari Kamis tanggal 17 November 2016, A menyampaikan bahwa dahulu semasa SMA sampai awal masa perkuliahan pernah menjalani hubungan berpacaran, namun pada akhirnya A mengalami kegagalan dalam berpacaran dikarenakan sudah jarang melakukan komunikasi seperti saat-saat terdahulu.

Walaupun mengalami kegagalan dalam berpacaran, berdasarkan hasil observasi partisipan yang peneliti lakukan lebih intensif semenjak tanggal 17 November hingga 8 Desember 2016, A tidak menampakkan perilaku kemarahan, trauma, depresi atau bahkan sikap tertutup saat menjalin relasi interpersonal dengan individu lain. Selama observasi, A sering berbincang-bincang dan bersenda-gurau dengan staf non akademik serta teman-teman seangkatan di perkuliahan. A juga menjalin relasi interpersonal kepada beberapa dosen. Hal ini tampak dari kepercayaan dosen untuk menjadikannya asisten dosen pada perkuliahan Pelatihan Penyusunan Proposal (P3) dan dipercaya menjadi

bendahara yang mengurus keluar-masuknya uang di Biro Psikologi tempat A bekerja dan mempraktikkan ilmu selama perkuliahan.

Serupa dengan A, Ry seorang mahasiswi salah satu Universitas di Yogyakarta juga pernah menjalin hubungan berpacaran dan mengalami kegagalan dalam berpacaran saat duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Kepada peneliti, pada tanggal 27 Februari 2017, Ry menyampaikan bahwa kegagalan dalam berpacaran telah dirasakannya sebanyak 5 kali. Meskipun demikian, Ry tampak lancar dalam melakukan relasi interpersonal. Berdasarkan observasi kepada Ry pada tanggal 24 Oktober hingga 12 Desember 2016, Ry melakukan relasi interpersonal dan tidak menampilkan kemarahan, trauma, depresi atau bahkan sikap tertutup saat menjalin relasi interpersonal kepada teman-teman perkuliahan, khususnya mahasiswi muslim dan dosen-dosen fakultas tempat Ry mengenyam pendidikan, walaupun Ry telah mengalami kegagalan secara berulang-ulang.

Timbal balik dari relasi interpersonal yang dilakukan Ry, Ry diberikan kepercayaan oleh seorang dosen untuk menjadi asisten konseling bersama dengan dosen bersangkutan. Berdasarkan hasil observasi juga diketahui bahwa Ry tampak lebih dekat dan lebih nyaman saat berelasi secara personal kepada mahasiswi muslim (muslimah) dibandingkan apabila berelasi dengan mahasiswa muslim, khususnya apabila sedang rapat keagamaan, kajian rohani dan musyawarah para pemandu praktek agama islam (mentor). Walaupun demikian, Ry juga tampak dekat dengan salah seorang mahasiswa muslim yang dianggap Ry sebagai teman dekat.

Begitu pula dengan dengan Chy, mahasiswa semester lima di Daerah Istimewa Yogyakarta yang diketahui bahwa Chy sudah pernah berpacaran namun sudah berakhir sekitar setahun yang lalu berdasarkan wawancara peneliti pada tanggal 25 Januari 2017. Meskipun sudah pernah gagal dalam berpacaran, Chy tidak menampakkan kemarahan, trauma, depresi atau bahkan sikap tertutup saat menjalin relasi interpersonal dengan individu dan teman di sekitarnya. Chy bahkan berusaha mencari pasangan hidup sambil melakukan tugasnya sebagai seorang mahasiswa yang harus belajar dan mempraktikkan ilmu sebaik mungkin. Ikut berkumpul dan mengobrol bersama, baik dengan teman maupun orang yang baru dikenal serta terlibat dalam Unit Kegiatan Mahasiswa Islam (UKMI) adalah beberapa usaha Chy untuk mengasah kemampuan relasi interpersonal dan usaha untuk mencari pasangan berpacaran.

Bersikap terbuka kepada individu lain, menjalankan tugas dan tanggung jawab yang dipercayakan, berusaha mencari pasangan baru, serta kembali menjalin relasi interpersonal dengan melibatkan diri untuk berkumpul sembari berbincang-bincang dan bersenda gurau kepada individu lain merupakan pertanda bahwa individu tengah berusaha untuk *survive* dari keterpurukan akibat kegagalan dalam berpacaran. Usaha untuk keluar dari keterpurukan akibat kegagalan dalam berpacaran terjadi pada fase *resurrection*. Fase ini merupakan proses dari individu untuk menyiapkan diri guna menjalin kembali hubungan dengan individu yang baru setelah melalui fase *personal*, *dyadic*, *sosial*, *grave-dressing* dan fase *account making-confiding* (Duck dalam Rumondor, 2013). Menjalni kembali

hubungan dengan individu yang baru ini erat kaitannya dengan relasi interpersonal.

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan tentang pentingnya relasi interpersonal dalam kehidupan sehari-hari, peneliti berusaha untuk meneliti dan menggali lebih dalam mengenai gambaran relasi interpersonal pada mahasiswa gagal dalam berpacaran. Hal ini selain dikarenakan relasi interpersonal penting untuk kehidupan sehari-hari, ketersediaan partisipan berupa mahasiswa yang gagal dalam berpacaran pun dapat dikatakan cukup banyak, sehingga memudahkan peneliti untuk melaksanakan penelitian yang terkait dengan relasi interpersonal pada mahasiswa gagal dalam berpacaran. Oleh karena itu, dirumuskan pertanyaan penelitian, bagaimana gambaran relasi interpersonal pada mahasiswa gagal dalam berpacaran?

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran relasi interpersonal pada mahasiswa gagal dalam berpacaran.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah

1. Manfaat secara teoritis :

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu psikologi khususnya dalam bidang psikologi sosial, berkaitan dengan relasi interpersonal ketika mengalami kegagalan dalam berpacaran.

2. Manfaat secara praktis :

- a. Manfaat bagi individu lain yang merasa mengalami kegagalan dalam berpacaran, penelitian ini diharapkan dapat menjadi cermin bagi yang mengalami kegagalan dalam berpacaran untuk menjalin relasi interpersonal.
- b. Manfaat bagi pengampu kepentingan, dengan mengetahui gambaran-gambaran perilaku relasi interpersonal pada individu gagal dalam berpacaran, dapat digunakan sebagai proses penasihatan bagi klien dengan masalah serupa.