

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (2018) remaja adalah individu yang berada pada rentang usia 10-19 tahun. Remaja adalah individu yang berada pada masa peralihan atau masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Diananda, 2018). Menurut Krori (2011) masa remaja merupakan masa perubahan, masa usia bermasalah dan ambang menuju kedewasaan. Masa remaja di bagi menjadi dua fase yaitu masa remaja awal dimulai dari usia 13-17 tahun dan masa remaja akhir dimulai dari usia 17-18 tahun (Hurlock, 1990). Sedangkan, menurut Erikson (1998) remaja dibedakan menjadi tiga tahapan yaitu masa remaja awal dengan rentang usia perempuan 13-15 tahun dan laki-laki 15-17 tahun, masa remaja pertengahan dengan rentang usia perempuan 15-18 tahun dan laki-laki 17-19 tahun dan masa remaja akhir dengan rentang usia perempuan 18-21 tahun dan laki-laki 19-21 tahun.

Pada masa remaja individu sering kali membutuhkan kasih sayang, cinta kasih, dan perhatian dari keluarga, teman sebaya, atau orang-orang terdekat yang berada di lingkungan tempat tinggal (Astuti & Maretih, 2018). Namun, tidak semua remaja dapat merasakan kasih sayang, cinta kasih dan tinggal bersama dengan keluarga. Menurut Astuti dan Marretih (2018) berbagai peristiwa yang terjadi dalam kehidupan remaja seperti kehilangan orang tua akibat dari kematian, perceraian, ekonomi yang

tidak memadai menyebabkan remaja harus dititipkan di panti asuhan. Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia (2018) panti asuhan merupakan lembaga sosial yang menampung, mengasuh anak-anak terlantar akibat dari keluarga yang memiliki ekonomi yang tidak memadai, anak korban perceraian, anak yatim, anak piatu, dan anak yatim piatu.

Dirjen Rehabilitas Kementerian Sosial bapak Edi Suharto mengatakan jumlah anak di Indonesia yang tinggal di panti asuhan berkisaran 500-600 ribu jiwa yang ada di panti asuhan (Jawa.com). Kepala Bagian Administrasi Kesra Setda Bantul mengatakan bahwa jumlah anak yatim piatu yang ada di Yogyakarta masih sama dengan tahun 2018 yaitu sekitar 3.600 anak yatim piatu. (Tribunjogja.com, 2019). Berdasarkan data dari BAPPEDA di Daerah Istimewa Yogyakarta anak terlantar berjumlah 9.607 jiwa.

Remaja yang tinggal di panti asuhan umumnya mengalami *shock* atau keterkejutan yang merupakan respon normal dalam kondisi tersebut (Parry, 1990). Namun, jika hal ini tidak diatasi akan menimbulkan dampak psikologis bagi remaja yang tinggal di panti asuhan. Sehingga, remaja yang mengalami permasalahan psikologis akan merasakan distress, rendah diri, kesepian, kecemasan, depresi, kurang asertif, dan kurang mampu memecahkan masalah (Nyamukapa, ddk & Mupambireyi 2010; Fawzy & Fouad 2010; Varcarolis, 2010).

Harapannya remaja yang tinggal di panti asuhan dapat merasakan kebahagiaan, kasih sayang, perhatian, didikan, dan pengalaman bersosialisasi yang baik melalui

pengasuh dan teman-teman di panti asuhan (Kumalasari dan Ahyani, 2012). Dengan adanya panti asuhan dapat membuat remaja merasa aman dan dicintai. Namun, sebagian besar remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung merasakan cemas, sedih, tidak memiliki teman baik, kurang mendapat perhatian dan terasingkan dari lingkungan sosial (Oktafia, 2015). Keterasingan dari lingkungan sosial ini lah yang disebut sebagai salah satu perasaan kesepian.

Menurut Bernard (2013) kesepian adalah bagian dari kondisi manusia yang mempengaruhi segala usia namun memang yang sangat rentan mengalami kesepian adalah orang tua. Apabila individu mengalami kegagalan dalam menjalin hubungan sosial maka individu akan mengalami kesepian (Azwan, 2017). Hal ini didukung dengan hasil penelitian dari Parlee (dalam Sears, 1999) yang menunjukkan bahwa 79% individu yang berusia di bawah 18 tahun sering kali merasakan kesepian dibandingkan individu yang berusia di atas 55 tahun yang hanya 37%. Bruno (2000) menjelaskan bahwa yang menyebabkan kesepian itu adalah tidak memiliki hubungan baik dengan orang sehingga individu merasa terasingkan. Bruno (2000) menjelaskan bahwa ada delapan aspek-aspek kesepian yaitu: isolasi diri, penolakan, merasa disalah mengerti, merasa tidak dicintai, tidak mempunyai sahabat, malas membuka diri, bosan dan gelisah. Kemudian Austin (1983) mengatakan ada tiga aspek kesepian yaitu *intimate others*, *social others*, dan *belonging and affiliation*.

Hasil survei ini menunjukkan bahwa kurang lebih individu yang berusia 16 tahun ke atas lebih sering mengalami kesepian. Kemudian BBC (2018), menyatakan bahwa

di Indonesia 27% lebih dari 75 orang mengatakan bahwa sering mengalami kesepian. Usia yang lebih rentan mengalami kesepian berkisar pada usi 16-24 tahun (bbc.com). Ini berarti menunjukkan bahwa remaja yang berusia kurang lebih 16 ke atas akan rentan mengalami kesepian.

Penelitian yang dilakukan oleh Sera (2015) di panti asuhan mengatakan bahwa ada beberapa anak yang cenderung pendiam, tidak percaya diri, tidak suka berkumpul bersama teman-teman, cenderung menyendiri, merasa kurang cocok satu dengan individu lainnya dan sering membuat ulah agar selalu diperhatikan. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara awal yang telah dilakukan peneliti pada 3 remaja yang di tinggal di panti asuhan DN dan AL-G pada 05 Juni 2021. Ketiga remaja ini merasa sedih saat pertama kali berada di panti asuhan karena mengingat keberadaan orang tua dan keluarga yang jauh, sedangkan 1 dari 3 remaja di panti asuhan tidak memiliki orang tua. Ketiga remaja ini merasa bahwa orang-orang disekitarnya terutama teman-teman tidak memperdulikannya, merasa tidak dianggap ada ketika sedang berkumpul, merasa tidak diperhatikan dan merasa dijauhkan. Sehingga ketiga remaja ini sering menyendiri dan selalu berada di dalam kamar. Ketiga remaja ini juga merasa kurang terpenuhi dengan fasilitas maupun kebutuhan dari pengurus panti. Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa ketiga remaja ini memiliki hubungan sosial yang kurang baik, menutup diri dari lingkungan sekitar, merasa kurang puas dengan fasilitas yang diberikan.

Dampak dari perasaan kesepiaan yang dirasakan remaja akan menimbulkan resiko depresi, stress, dan cenderung untuk melakukan bunuh diri (Lasgaard, 2011). Namun, dampak dari perasaan kesepian ini tidak akan berlarut-larut jika remaja mampu bersosialisasi dan memiliki keterampilan sosial (Utami, Ahmad,& Ifdil, 2017). Kemudian pernyataan tersebut didukung oleh Desmita (2005) bahwa remaja seharusnya memiliki kadar kesepian yang rendah dengan menjalin persahabatan yang dapat meningkatkan kemampuan sosial remaja. Sehingga remaja tidak terlibat dalam tindakan-tindakan negatif yang dapat merusak atau membahayakan diri sendiri.

Moore (Rambe, 2010) mengatakan bahwa ketika dukungan sosial tidak didapatkan oleh seseorang dapat memicu hadirnya kesepian yang dirasakan oleh seseorang. Pernyataan tersebut berarti membuktikan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kesepian. Kemudian, pernyataan ini didukung oleh Fresman dan Loester (dalam Agus & Halawa, 2015) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor munculnya kesepian yang artinya individu yang memperoleh dukungan sosial yang terbatas lebih berpeluang mengalami kesepian, sementara individu yang memiliki dukungan sosial yang lebih baik cenderung rendah dalam mengalami atau merasa kesepian.

Terdapat dua faktor yang menyebabkan kesepian menurut Perlman dan Peplau (dalam Peplau & Goldston, 1984) yaitu faktor eksternal yang meliputi dukungan sosial keluarga, dukungan sosial teman sebaya, karakteristik situasional dan faktor internal meliputi sifat malu, harga diri, jenis kelamin dan kepribadian. Sarason (dalam Nazim,

2017) menyatakan bahwa dukungan sosial sebagai suatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya seperti dukungan dari keluarga, pasangan, dan teman sebaya membuat individu menjadi tahu bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintai dirinya. Berdasarkan pernyataan dari Moore (dalam Rambe, 2010) bahwa ketidakhadiran dukungan sosial pada kehidupan seseorang dapat memicu hadirnya kesepian yang dirasakan oleh seseorang.

Sarafino dan Timothy (2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai perasaan kenyamanan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang diperoleh oleh orang banyak atau kelompok lain. Sehingga hal ini membuat individu memiliki keyakinan bahwa individu dicintai, bernilai dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong disaat membutuhkan bantuan. Dukungan sosial keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Hal ini dapat membantu mengurangi kesepian yang dialami oleh siapapun baik dari kalangan remaja maupun lansia. Pernyataan ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Agus dan Halawa (2015) bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kesepian pada lansia yang menunjukkan persentase sekitar (96%) responden merasakan kesepian dengan dukungan keluarga yang kurang. Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan yang berupa kenyamanan secara fisik dan psikologis sehingga individu merasa dicintai, dihargai, diperhatikan, diterima dalam kelompok sosial teman sebaya (Rustika & Sasmita, 2015). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan

oleh Rahma (2018) bahwa dukungan teman sebaya memiliki peranan yang penting didalam kehidupan remaja. Dukungan ini dapat berupa empati, kasih sayang, perhatian, penghargaan, pengertian dan nasihat. Sehingga dengan adanya dukungan yang diberikan oleh teman sebaya dapat membantu remaja merasa diterima dan remaja juga memiliki tingkat akan perasaan kesepian yang rendah. Adapun aspek-aspek dukungan sosial yang dikemukakan oleh House (Smet, 1994) dan (Sarafino & Smith, 2011) yaitu: dukungan emosional, penghargaan, instrumental, dan informasi. Kemudian Jacobson (dalam Zaini, 2019) mengungkapkan tiga aspek-aspek dukungan sosial yaitu: *emotional support*, *cognitive support*, dan *material support*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Stravynski dan Boyer (dalam Dewi, 2013) mengemukakan bahwa remaja yang kurang atau kehilangan dukungan sosial dan emosional dari keluarga memiliki resiko tinggi mengalami kesepian. Pendapat ini diperkuat dengan pernyataan dari Nowan (dalam Nazmi, 2017) bahwa kesepian merupakan bentuk dari perasaan yang timbul akibat kebutuhan yang mendesak akan kehadiran orang lain, untuk berkomunikasi, untuk mempunyai relasi intim dengan orang lain, ataupun kebutuhan akan dukungan, penerimaan, dan penghargaan dari orang lain akan keberadaan.

Dukungan sosial sangat diperlukan dalam kehidupan individu terutama remaja yang tinggal di panti asuhan. Dukungan sosial adalah dukungan yang diberikan oleh keluarga dan teman sebaya berupa perhatian, bantuan tindakan yang dapat menolong remaja ketika mengalami masalah, memberi kasih sayang dan semangat. Dukungan

yang berasal dari keluarga sangat berpengaruh besar terhadap keadaan fisik ataupun psikologis remaja apalagi ketika remaja sedang mengalami masalah. Namun dukungan keluarga terutama dari orang tua sangat sulit didapatkan oleh remaja di panti asuhan. Hal ini menyebabkan perasaan remaja menjadi sedih, marah, sulit menerima keadaan, menghindari lingkungan sosial karena malu hingga merasa kesepian. Perasaan kesepian dan rendahnya dukungan sosial pada remaja menimbulkan resiko depresi dan kecenderungan untuk bunuh diri (Lasgaard, 2011).

Dukungan dari teman sebaya juga berpengaruh terhadap perasaan apalagi ketika remaja sedang merasa sedih karena masalah yang dialami, maka remaja mengharapkan adanya dukungan yang di berikan dari teman sebaya berupa perhatian, bantuan baik berupa emosional, solusi dan hiburan. Ketika dukungan dari keluarga dan teman sebaya kurang didapatkan oleh remaja maka remaja tersebut akan merasakan kesepian karena tidak ada yang memperhatikan dan memperdulikan remaja tersebut. Namun ketika remaja mendapatkan dukungan dari keluarga dan teman sebaya maka remaja tersebut akan terhindar dari perasaan kesepian. Remaja yang merasakan kesepian akibat dari pengalaman subjektif atau perasaan emosi negatif yang tidak menyenangkan dimana kualitas dan kuantitas hubungan sosial seseorang mengalami penurunan secara signifikan. Hal tersebut yang membuat dukungan keluarga dan teman sebaya memiliki pengaruh yang kuat terhadap kesepian yang dialami oleh remaja. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melihat apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian pada remaja yang tinggal di panti asuhan Yogyakarta ?

B. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara dukungan sosial dengan kesepian pada remaja yang tinggal di panti asuhan Yogyakarta.

C. Manfaat

1. Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian-penelitian selanjutnya dan menjadi dasar pengembangan ilmu khusus dibidang Psikologi Klinis, Psikologi Perkembangan, dan Psikologi Sosial tentang dukungan sosial dengan kesepian pada remaja yang tinggal di panti asuhan Yogyakarta.

2. Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu mengurangi kesepian pada remaja melalui dukungan yang diberikan dari orang di sekitar terutama kepada pengurus panti asuhan sebagai dukungan dari keluarga dan dukungan dari teman sebaya yang memiliki usia yang sama dengan remaja di panti asuhan.