

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia tumbuh menjadi makhluk sosial merupakan berkat dari proses pembelajaran dalam keluarga yang dipercayai sebagai unit terkecil dan utama dalam kehidupan sosial serta berperan merawat generasi penerus (Rustina, 2014). Menurut Lestari (2010) keluarga adalah sekelompok individu yang terikat dalam hubungan darah dan perkawinan, kelompok tersebut memiliki fungsi untuk memenuhi kebutuhan dasar dan emosional tiap anggota. Sunarty dan Alimuddin (2016) menjelaskan umumnya keluarga memiliki tujuan bersama yang perlu dicapai dan tujuan tersebut dapat terpenuhi dalam proses berinteraksi, menjalani kedekatan, keterlibatan yang berlandaskan nilai, tanggung jawab, keterampilan sosial, ikatan emosi, dan kemampuan menangani konflik. Keluarga yang berhasil menyeimbangi dan mengolah kedekatan satu sama lain dinilai sebagai keluarga harmonis.

Syahmala (2015) mengemukakan kenyataannya tidak sedikit keluarga yang menghadapi masalah berat sehingga keharmonisan dan keutuhan tidak bertahan lama, mengakibatkan disorganisasi keluarga karena kegagalan dalam menjalankan fungsi seperti saling memenuhi kebutuhan, tanggung jawab, dan membangun relasi yang aman dalam keluarga. Berdasarkan kehadiran anggota, keluarga dibedakan menjadi keluarga utuh dan tidak utuh. Ketika keluarga kehilangan salah satu anggotanya, keluarga tersebut tidak lagi dianggap utuh (Syahmala, 2015). Kepergian salah satu

orang tua akibat perceraian, perpisahan, dan kematian dalam rumah tangga menandakan perubahan (Sunarty & Alimuddin, 2016)

Ketidakutuhan keluarga akibat perceraian dan kematian menimbulkan rasa sedih atau duka bagi anggota keluarga terutama anak (Priyatma, 2010). Deckard dan Dunn (2014) menambahkan berbagai perubahan keluarga menjadi hal umum yang kerap terjadi, namun tidak bisa dipungkiri perubahan tersebut membawa dampak buruk secara emosional dan perilaku bagi anak dan remaja. Menurut Santrock (2016) remaja merupakan periode perubahan dari anak ke dewasa yang terjadi dalam aspek fisik, psikis dan sosial. Batas usia remaja dikemukakan oleh Monks dkk. (2014) dengan pembagian tiap tahap yakni: remaja awal dari usia 12-15 tahun, remaja madya dari usia 15-18 tahun, dan remaja akhir dari usia 18- 21 tahun.

Remaja pada masa perkembangannya melewati beberapa tahapan dan menurut Erikson (1968) remaja berada pada krisis *identity vs identity confusion*, masa krisis tersebut remaja berupaya mengembangkan identitas diri yang sesuai dengan keaslian jati diri dan mengembangkan peran dalam masyarakat. Keberhasilan melalui krisis ini meningkatkan kepercayaan diri, kontrol diri, dan perilaku sosial yang baik sebaliknya kecenderungan perilaku destruktif dan menyimpang peraturan akan muncul saat krisis belum teratasi (Hidayah & Huriati, 2016). Tugas-tugas perkembangan remaja juga dijelaskan oleh William Kay (dalam Jahja, 2011) bahwa remaja belajar menerima diri, mencapai kematangan emosi, mengembangkan kemampuan komunikasi dan interpersonal, membentuk identitas pribadi, mengendalikan diri sesuai prinsip, dan dapat menyesuaikan diri.

Pada masa krisis ini remaja tentu memerlukan dukungan keluarga secara menyeluruh tetapi ketidakutuhan keluarga akibat peristiwa kematian dan perceraian menyebabkan remaja diasuh oleh orang tua tunggal. Keluarga orang tua tunggal juga tidak luput dari permasalahan apalagi setelah terjadi perubahan struktur hal ini mempengaruhi remaja secara negatif yakni pada perkembangan kognitif, kinerja akademik, dan kesejahteraan emosi (Kroese dkk., 2021). Zarret dan Eccles (2006) menambahkan pengasuhan orang tua tunggal yang tidak cukup mendorong remaja akhir pada kesepian karena ketidakpuasan terhadap pola pengasuhan tersebut.

Menurut Zahroh (2005) remaja yang diasuh oleh orang tua tunggal akibat perceraian cenderung apatis, suka memendam masalah, sulit menyesuaikan diri, menutup diri, dan mengalami kesepian ketika pengasuhan orang tua tunggal tidak memenuhi kebutuhan. Ditambahkan oleh Çivitci dkk. (2009) perceraian orang tua umumnya menyebabkan kerenggangan hubungan keluarga hal ini membawa kesepian ditengah remaja, sebab remaja menilai hubungan tersebut kurang bermakna lagi.

Pada sisi lain Bayat dkk. (2021) menjelaskan bahwa remaja yang ditinggali salah satu orang tua akibat kematian atau sedang dalam kondisi sakit mengalami kesepian akibat perubahan struktur dan sikap. Penjelasan tersebut sesuai dengan penemuan Masi (2021) bahwa remaja cenderung terjebak dalam lingkaran kesepian dan kecemasan setelah salah satu orang tua meninggal. Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengalaman kesepian yang dirasakan oleh remaja akhir yang tinggal dengan orang tua tunggal akibat perceraian dan kematian.

Peplau dan Perlman (1982) menjelaskan kesepian adalah persepsi individu terhadap relasi pribadi dengan relasi yang diharapkan, dalam pandangan atau evaluasi tersebut individu merasa tidak puas mendapati ada kesenjangan secara kualitas dan kuantitas. Baron dan Branscombe (2012) menambahkan kesepian merupakan gambaran negatif dari perasaan dan pemikiran seseorang karena ketidakmampuan untuk membangun relasi bermakna yang diinginkan. Individu dihantui emosi buruk seperti mudah khawatir, depresi, merasa tidak gembira, kecewa, putus asa, sering menyalahkan diri dan canggung dengan orang lain.

Menurut Peplau dan Perlman (1982) ada empat aspek kesepian antara lain: (1) manifestasi afektif mengacu pada rasa sedih, kecewa, mudah marah, cemas, dan depresi, (2) manifestasi kognitif dan motivasi mengacu pada masalah kesulitan berkonsentrasi dan dorongan bersosial menurun, (3) manifestasi perilaku mengacu pada kecenderungan menutup diri dan menjaga jarak dengan orang lain dan (4) masalah sosial dan medis mengacu pada gejala gangguan fisik yang dialami selama kesepian dan penyimpangan perilaku sosial. Kesepian yang dialami remaja juga terindikasi dari penelitian Surya (2021) dengan judul hubungan keterlibatan orang tua dengan kesepian pada remaja yang tinggal bersama orang tua tunggal, hasil memperlihatkan partisipan yang mengalami kesepian terbagi dalam kategori sedang terdapat 41 orang (38%) dan kategori tinggi ada 20 orang (18,5%). Penelitian dari Goosby dkk. (2013) menambahkan ketidakstabilan relasi sosial dan emosi pada remaja meningkatkan kesepian dan kesepian paling umum terjadi pada remaja usia 18 dengan presentase 70%.

Adapun survei yang dilakukan peneliti pada hari Kamis, 26 Mei 2022 pukul 16.40 WIB dan Jumat, 27 Mei 2022 pukul 11.51 WIB yang diisi oleh 9 subjek melalui *Google Form*, mengenai kesepian pada remaja yang diasuh oleh orang tua tunggal setelah keluarga mengalami perceraian maupun kematian, dengan menggunakan aspek-aspek kesepian dari Peplau dan Perlman (1982). Pertama terkait manifestasi afeksi disini subjek menanggapi bahwa ada rasa sedih, berat hati, sepi, kecewa, cemburu, bimbang, merasa ada yang kurang, hampa, terkadang bosan, takut, mudah marah, merasa berbeda, dan tertekan. Kedua mengenai manifestasi kognitif dan motivasi, disini subjek menanggapi bahwa pernah sulit berkonsentrasi dalam melakukan kegiatan sehari-hari, khawatir akan pendapat orang lain, cemas, beberapa sering menyalahkan diri, dan kehilangan minat dalam berhubungan sosial.

Ketiga mengenai manifestasi perilaku yang ditanggapi subjek bahwa ada usaha menjauhi orang lain ketika membahas keluarga, menutup diri, sering menyimpan masalah sendiri, lebih suka menyendiri, dan tidak nyaman disekitar orang lain. Kemudian terakhir terkait masalah sosial dan medis (reaksi fisik) survei menunjukkan dari 9 ada 2 subjek yang kesulitan menyesuaikan diri dan selebihnya mengalami napsu makan naik turun, pernah mengalami pusing, dan mudah kelelahan. Bersumber pada hasil survei tersebut nampak bahwa remaja yang diasuh oleh orang tua tunggal setelah ditinggali salah satu orang tua akibat perceraian atau kematian cenderung mengalami kesepian.

Menurut Santrock (2016) perkembangan remaja merupakan bagian dari tahap perkembangan manusia dan dianggap penting dalam menentukan perjalanan

perkembangan dimasa selanjutnya, pencapaian remaja pada masa perkembangan ini tentu saja membawa pengaruh ke tahap dewasa. Keberhasilan remaja dalam mengembangkan diri dapat mengamankan kehidupan yang lebih baik dimasa depan tentu saja dengan melewati berbagai kesempatan dan tantangan. Beberapa tantangan harus dilewati remaja sendirian (Santrock, 2016). Menurut Sigelman dkk. (2018) sudah hal yang wajar saat seseorang bertambah dewasa dan semakin sibuk menghabiskan waktu sendirian menjauh dari orang lain dan fokus pada pengembangan diri.

Proses tersebut juga membuktikan usaha peroleh kemandirian dari lingkungan terutama keluarga. Tetapi jika remaja terlalu lama terjebak dalam kesendirian negatif yakni kesepian dan mengalami gejala seperti terlalu waspada dengan ancaman sosial, fokus pada hal-hal negatif, menghindari orang lain, dan menjadi tertutup maka remaja akan sulit mengatasi kesepian sebaliknya semakin meningkatkan kesepian (Verity dkk., 2022). Padahal menurut Weinstein dkk. (2021) jika remaja memadamkan kesendirian secara positif atau sebagai kesempatan bertumbuh maka remaja menghargai dan mengandalkan masa-masa tersebut sebagai ruang untuk merenung, kreativitas, dan kebebasan dalam menentukan masa depan. Selain itu, kemampuan regulasi emosi, pola pikir positif, keterampilan sosial, dan kesejahteraan diri pada remaja juga meningkat hal ini membantu remaja cepat menyadari dan meminimalisir gejala kesepian yang terjadi dikala sendirian (Havinghurst dalam Panuju & Umami, 2005).

Menurut Hawkey dan Cacioppo (2010) kesepian pada remaja menimbulkan masalah kesehatan, kualitas tidur buruk, sulit menyesuaikan diri, penilaian diri negatif atau harga diri rendah, sering merasa ditolak, kemampuan komunikasi buruk, berperilaku apatis, dan ketidakstabilan emosi. Margalit (2010) menambahkan kesepian dapat memperlambat perkembangan anak dan remaja seperti meningkatkan kecemasan, sulit belajar, hambatan kognitif, tidak percaya diri atau malu, dan agresif. Beberapa penelitian juga menunjukkan dampak kesepian antara lain: penelitian Farah dkk. (2018) membuktikan relasi antara kesepian dengan perilaku agresif pada remaja laki-laki, selain itu penelitian Hidayati dan Muthia (2016) mendapati hubungan signifikan antara kesepian dengan kecenderungan remaja dalam melakukan *self-harm*.

Penemuan lain dari Çivitci dkk. (2009) menunjukkan remaja yang ditinggal orang tua karena perceraian sering merasa kesepian, merasa ditolak, dan merasa tidak puas dengan hidup. Menurut Margalit (2010) kesepian pada remaja bisa terjadi akibat beberapa faktor yakni: 1) genetik dan temperamen mengacu pada pengaruh biologis dari orang tua, 2) perspektif gender mengacu pada pandangan sosial terkait sifat-sifat tertentu bagi jenis kelamin dan tingkat penerimaan teman terkait sifat tersebut, 3) keterampilan sosial mengarah pada pola komunikasi dan hubungan dalam lingkup sosial, 4) hambatan perkembangan mengacu pada lingkungan keluarga mengacu pada kesulitan bersosialisasi bagi remaja yang mengalami disabilitas dalam ruang sosial, 5) ekspektasi masa depan dan harapan yang mengacu pada keinginan remaja dan orang lain bagi remaja untuk mencapai tujuan tertentu, 6) persepsi diri mengacu pada

beberapa aspek yang membantu remaja menilai diri atau lingkungan, 7) emosi dan regulasi emosi mengacu pada dua jenis emosi yang membantu remaja merespon dan kemampuan remaja dalam mengatur perasaannya, terakhir 8) lingkungan keluarga mengacu pada proses keluarga membina rumah tangga dengan menjalankan fungsi-fungsi penting yang dapat mempengaruhi tingkat kesepian pada remaja ketika remaja mempersepsikan keberfungsian keluarga secara negatif atau positif.

Penelitian ini menggunakan faktor lingkungan keluarga yang menyediakan ruang bagi pertumbuhan keluarga dan hal tersebut berjalan ketika keluarga mulai menerapkan fungsi-fungsi keluarga secara efektif yang juga dikenal sebagai keberfungsian keluarga. Pemilihan faktor ini didasarkan pernyataan Uruk dan Demir (2003) bahwa dalam mencapai keberhasilan perkembangan terutama terkait kualitas hubungan interpersonal remaja memerlukan perhatian dan dukungan keluarga yang didapatkan setelah keluarga memfasilitasi fungsi-fungsi seperti bantuan afektif, peran dan aturan, serta komunikasi. Tetapi fungsi-fungsi keluarga tidak terpenuhi maka remaja mulai merasa tidak puas dengan hubungan keluarga sehingga memicu kesepian. Penjelasan tersebut didukung hasil penelitian Yasa dan Fatmawati (2018) menunjukkan remaja yang tinggal dengan orang tua tunggal mempersepsikan keberfungsian keluarga rata-rata berada pada kategori positif sebesar 16%, kategori netral sebanyak 70%, dan negatif sebanyak 12,9%. Dukungan keluarga pun berhubungan negatif dengan kesepian, dijelaskan bahwa orang tua sangat mudah mempengaruhi kondisi psikologis remaja (Muhrisa, 2022).

King (2016) menjelaskan persepsi merupakan sistem penerimaan stimulus atau sensoris yang kemudian diatur dan maknai agar stimulus tersebut memiliki arti. Banyak psikolog keluarga sepakat bahwa hasil pengukuran dari keberfungsian keluarga berasal dari persepsi seseorang dari keluarga (Stanley dalam Svetina dkk., 2011). Dalam penelitian ini keberfungsian keluarga yang dipersepsikan remaja adalah keluarga dipimpin oleh orang tua tunggal. Keberfungsian keluarga adalah proses keluarga menjalankan kewajiban dengan efektif meliputi pengontrolan perilaku, respons afektif, peran, pemecahan konflik, komunikasi, dan keterlibatan afektif agar tercipta kesejahteraan dan mencapai tujuan bersama (Epstein dkk., 2005). Berdasarkan beberapa uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa persepsi terhadap keberfungsian keluarga merupakan penilaian anggota terhadap kemampuan keluarga menjalankan fungsi penting guna meningkatkan kehidupan dan tujuan bersama. Adapun dimensi-dimensi persepsi terhadap keberfungsian keluarga menurut Epstein dkk. (2005) antara lain: (1) pemecahan masalah, (2) komunikasi, (3) peran, (4) responsif afektif, (5) keterlibatan afektif, dan (6) pengontrolan perilaku.

Keluarga merupakan satu dari kelompok sosial yang membantu remaja dalam proses pencapaian tugas perkembangan baik psikis, fisik dan dalam lingkungan sosial (Uruk & Demir, 2003). Dalam mencapai hal tersebut keluarga terutama bagi orang tua tunggal harus menerapkan keberfungsian keluarga yang seimbang. Fungsi-fungsi keluarga perlu diterapkan dengan benar karena remaja sedang berada dalam masa krisis sehingga mudah merasa terisolasi, ketidakstabilan emosi, dan konflik (Schwab dkk., 2002). Zhang dan Wang (2020) menambahkan kesehatan mental remaja

khususnya yang berkaitan dengan evaluasi hubungan sosial pun bergantung pada peran orang tua. Persepsi remaja terhadap tiap dimensi keberfungsian keluarga juga menunjukkan kondisi psikologisnya.

Dimensi pemecahan masalah menunjukkan ketika keluarga mampu menyelesaikan konflik maka meningkatkan rasa nyaman dan remaja pun mempersepsikan proses penyelesaian masalah keluarganya secara positif (Epstein dkk., 2005). Kondisi ini membantu remaja dekat dengan orang lain yang mengurangi kesepian (Ferrari dkk., 2022). Sebaliknya, ketika keluarga tidak mampu memecahkan konflik maka remaja cenderung mempersepsikan proses penyelesaian masalah keluarga secara negatif hal ini memicu stres, pesimis dan perilaku tertutup mengindikasikan gejala kesepian dari aspek afektif (Margalit, 2010).

Dimensi komunikasi menunjukkan bahwa saat keluarga menerapkan pola komunikasi efektif hal ini membentuk kedekatan antar satu sama lain maka remaja mempersepsikan pola komunikasi keluarga secara positif dapat meningkatkan kemampuan sosial dan menurunkan kesepian (Laursen dkk., 2004). Sebaliknya, keluarga yang tidak menerapkan komunikasi efektif mendorong remaja mempersepsikan pola komunikasi keluarga secara negatif dan memicu perasaan terisolasi, suka memendam perasaan, sulit berinteraksi hal ini mengindikasikan kesepian dari aspek afektif dan perilaku (Afifi & Mazur, 2022)

Dimensi peran menunjukkan jika keluarga memiliki pembagian tugas dan tanggung jawab yang efektif. Ketika remaja mempersepsikan pelaksanaan peran dalam keluarga secara positif hal ini mendorong remaja belajar beradaptasi yang

mengurangi kesepian (Hutten dkk., 2021). Sebaliknya, ketika keluarga tidak menerapkan penerapan peran yang baik dan persepsi remaja akan peran keluarga menjadi negatif hal ini memicu stres dan sering menyalahkan diri yang merupakan gejala kesepian dari aspek afektif dan kognitif (Hetherington, 2014).

Dimensi respon dan keterlibatan afektif menunjukkan ketika keluarga secara emosional saling terbuka, tidak membatasi, dan saling mendukung. Saat remaja mempersepsikan respon dan keterlibatan afektif keluarga secara positif meningkatkan kemampuan sosial-emosional yang menurunkan kesepian (Margalit, 2010). Sebaliknya, keluarga yang tidak mampu mendorong remaja mempersepsikan respon dan keterlibatan afektif keluarga secara negatif menyebabkan ketidakmampuan regulasi emosi, perasaan malu, enggan bersosialisasi dan perilaku makan yang buruk menandakan gejala kesepian dari aspek masalah kesehatan fisik dan afektif (Topham dkk., 2011).

Dimensi terakhir adalah pengontrolan perilaku yang menunjukkan jika keluarga mampu menerapkan kontrol perilaku fleksibel maka remaja mempersepsikan pola pengaturan perilaku keluarga secara positif. Menurut Perry (2019) hal tersebut meningkatkan kemampuan sosial dan persepsi diri positif yang mengurangi kesepian. Sebaliknya, saat remaja malah mempersepsikan pola pengaturan perilaku keluarga secara negatif maka remaja rentan terhadap depresi, cemas, perilaku kasar dan persepsi diri negatif hal tersebut mengacu pada kesepian dari aspek afektif dan kognitif (Moyer & Sandoz, 2015).

Berdasarkan penjelasan tersebut remaja dari keluarga yang dipimpin oleh orang tua tunggal mengalami kesepian ketika remaja menilai keberfungsian keluarga tidak berjalan sesuai harapan, hal ini terindikasi dari data penelitian Hidayati (2018) yang menunjukkan saat remaja diasuh orang tua tunggal menilai keberfungsian keluarga secara negatif maka dampaknya remaja mengalami kesepian dan sebaliknya. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya yakni, pertama pada kriteria subjek di penelitian sebelumnya menggunakan remaja usia 15-18 tahun dan memiliki orang tua bercerai sedangkan pada penelitian ini menggunakan remaja usia 18-21 tahun dan memiliki orang tua bercerai atau salah satu telah meninggal. Kedua penelitian sebelumnya menggunakan teori kesepian Russell (1996) dan alat ukurnya *R-UCLA Loneliness Scale* sedangkan penelitian ini teori dari Peplau dan Perlman (1982) dan penelitian dahulu tidak dilakukan analisis pengaruh per dimensi pada kesepian sedangkan pada penelitian ini dilakukan analisis.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti mengajukan rumusan permasalahan yakni apakah ada hubungan antara persepsi terhadap keberfungsian keluarga dan kesepian pada remaja yang mempunyai orang tua tunggal ?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada hubungan antara persepsi terhadap keberfungsian keluarga dengan kesepian pada remaja yang mempunyai orang tua tunggal.

2. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat secara teoritis yaitu menyalurkan kontribusi untuk pengembangan psikologi dan secara khusus untuk psikologi sosial klinis keterkaitan dengan kesepian pada remaja yang mempunyai orang tua tunggal
- b. Manfaat secara praktis yaitu membantu dan memberi saran kepada remaja yang mengalami kesepian ditengah pengasuhan orang tua tunggal untuk menyadari penyebab dan membangun kembali hubungan yang hangat serta bermakna dengan orang tua.