

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Hurlock (1991), remaja dalam bahasa Latin adalah (*adolescence*, yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence* mempunyai arti yang lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Masa remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional (Santrock, 2003). Masa remaja dapat dipandang sebagai suatu masa dimana individu dalam proses pertumbuhan dan perkembangan (Hurlock, 1991). Batasan usia remaja adalah masa diantara 12-21 tahun, dengan perincian 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan dan 18-21 tahun masa remaja akhir (Monks dkk, 2001). Masa remaja yang dikenal dengan masa *storm* dan *stress* ini dimulai sejak usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 21 tahun. Hall (dalam Santrock, 2003) mengajukan pandangan “badai dan stres” (*storm and stress*) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa bergejolak yang diwarnai oleh konflik dan perubahan suasana hati (*mood*).

Remaja yang berhasil mengatasi konflik akan tumbuh dengan penghayatan mengenai diri yang menyegarkan dan dapat diterima. Remaja yang tidak berhasil mengatasi krisis akan menderita. Kebingungan ini dapat mengejala kedalam dua bentuk: menarik diri, mengisolasi diri dari kawan sebaya dan keluarga (Erikson dalam Santrock, 2003). Sullivan (dalam Santrock, 2003) menyatakan bahwa

kebutuhan akan intimasi meningkat di masa remaja, dan memotivasi remaja untuk mencari sahabat. Jika remaja gagal untuk menempa persahabatan yang akrab, mereka akan mengalami kesepian. Santrock dkk (2003) mengatakan bahwa prevalensi kesepian yang paling tinggi dijumpai pada individu yang berada pada kelompok umur remaja akhir yaitu 18-21 tahun.

Kesepian adalah pengalaman subjektif atau perasaan emosi negatif yang tidak menyenangkan dimana kualitas dan kuantitas hubungan sosial seseorang mengalami penurunan secara signifikan (Peplau & Perlman, dalam Peplau & Goldston, 1984). Menurut Sullivan (dalam Sarason & Sarason, 1985) kesepian adalah pengalaman yang sangat tidak menyenangkan terhubung dengan kebutuhan manusia yang tidak memadai seperti keintiman. Dari berbagai penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah pengalaman subjektif atau perasaan emosi negatif yang tidak menyenangkan dimana kualitas dan kuantitas hubungan sosial seseorang mengalami penurunan secara signifikan. Menurut Peplau & Perlman (1981) yang menjadi aspek-aspek kesepian, yaitu: afektif, motivasional, kognitif dan perilaku.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Parlee (dalam Rizqa & Ratna, 2007) memperlihatkan bahwa kesepian yang tertinggi terjadi di antara para remaja. Kesepian yang terjadi pada remaja lebih disebabkan karena remaja tengah mengalami proses perkembangan yang kompleks. Hasil survei nasional di Amerika yang dilakukan oleh majalah Psychology Today (dalam Sears, 1994), memperlihatkan bahwa dari 40.000 individu, yang kadang-kadang bahkan seringkali merasa kesepian adalah individu pada kelompok usia remaja, yaitu

sebanyak 79%. Graham, dkk (2005) menyebutkan bahwa *loneliness* yang dialami remaja pada zaman sekarang jumlahnya semakin meningkat dari jumlah tahun-tahun sebelumnya. Seseorang sering beranggapan bahwa orang dewasa yang telah berumur adalah individu-individu yang paling merasa *loneliness*, namun survey menunjukkan bahwa tingkat kesepian yang paling tinggi sering muncul di masa remaja akhir dan masa muda (Cutrona dalam Santrock, 2003). Hal tersebut diketahui berdasarkan hasil wawancara kepada 10.800 orang dewasa di Finland, Poland and Spain. Ironisnya, perasaan kesepian telah menjadi wabah epidemis pada mahasiswa perguruan tinggi. Sekitar 75% mahasiswa baru menyatakan mengalami kesepian, sedangkan 40% menyatakan mengalami kesepian dalam tingkatan moderat (Cutrona dalam Burger, 2008).

Peneliti melakukan wawancara pada hari Senin, 15 Januari 2018 pada 10 mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta Kampus III. Hasil tersebut menunjukkan 7 dari 10 mahasiswa menunjukkan gejala kesepian yang tinggi. Hal tersebut dapat terlihat pada aspek perilaku, ketujuh mahasiswa tersebut mengatakan bahwa mereka lebih memilih untuk menghindari orang lain, menjaga jarak dan kurang tertarik ketika berbicara dengan orang lain. Pada aspek motivasional, ketujuh mahasiswa tersebut mengatakan mengalami penurunan motivasi untuk berinteraksi dengan orang lain. Pada aspek afektif, ketujuh mahasiswa tersebut merasa kurang bahagia, kurang puas, pesimis, tertekan, gelisah dan merasa cemas saat berkomunikasi dengan orang lain. Pada aspek kognitif mahasiswa tersebut mengatakan kurang dapat berkonsentrasi saat berkomunikasi dengan orang lain. Berdasarkan hasil wawancara di atas maka dapat disimpulkan kesepian dari sepuluh

mahasiswa yang diwawancarai tujuh diantaranya terindikasi mengalami gejala-gejala kesepian.

Remaja seharusnya memiliki kadar kesepian yang rendah dengan menjalin persahabatan yang dapat meningkatkan kemampuan sosial remaja (Desmita, 2005). Agar remaja tidak terlibat dalam tindakan-tindakan yang negatif yang dapat merusak atau membahayakan diri (Luthfie, 2003). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa remaja yang memiliki kadar kesepian yang tinggi, rentan terhadap kecanduan internet dan perilaku agresif. Hal tersebut sejalan dengan penemuan (Peplau & Perlman, 1981) yang menyatakan bahwa kesepian pada remaja seringkali berdampak bagi nilai-nilai ujian yang buruk, drop-out, melarikan diri dari rumah, dan kenakalan remaja lainnya seperti mencuri, berjudi, vandalisme dan kecanduan internet. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Hapsari & Ariana (2015) menunjukkan adanya hubungan positif antara kesepian dengan kecenderungan kecanduan internet pada remaja, semakin tinggi kadar kesepian seseorang maka semakin tinggi pula kecanduan internet seseorang begitupun sebaliknya. Seorang psikiater dari Swiss, Tournier (dalam Graham, 1995) menyebut kesepian sebagai penyakit yang paling menghancurkan pada zaman sekarang. Individu yang menderita kesepian akan terhambat kemampuannya untuk berkembang dengan baik dan melakukan kegiatan-kegiatan yang produktif.

Terdapat dua faktor yang menyebabkan terjadinya kesepian menurut Perlman dan Peplau (dalam Peplau & Goldston, 1984) meliputi faktor pemicu (*Precipitate factor*) yaitu: hubungan sosial yang sebenarnya (dukungan sosial

teman sebaya dan orang tua), hubungan sosial yang dibutuhkan atau diinginkan dan faktor kerentanan (*predispose factor*) yaitu: karakteristik personal, karakteristik situasional dan karakteristik budaya. Terkait faktor-faktor yang telah diuraikan oleh Perlman dan Peplau tersebut peneliti memilih hubungan sosial yang sebenarnya dengan berfokus pada dukungan sosial teman sebaya sebagai faktor yang dapat mempengaruhi kesepian pada remaja. Hal ini didukung oleh hasil penelitian dari Fessman dan Lester (Hayati, 2010) bahwa dukungan sosial teman sebaya dinilai sebagai prediktor bagi munculnya kesepian. Perbedaan dari penelitian sebelumnya adalah subjeknya berubah sehingga hasil yang akan didapatkan berubah. Seperti pada penelitian Sarason (dalam Peplau & Goldston, 1984) pada subjek remaja. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Hayati (2010) dan Itryah (2009) yaitu pada subjek lansia. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian dengan variabel yang sama dengan subjek remaja akhir, karena pada penelitian yang dilakukan oleh Sarason (dalam Peplau & Goldston, 1984) menggunakan subjek remaja secara keseluruhan, lalu pada penelitian di Indonesia lebih banyak dilakukan pada lansia.

House (dalam Lin, Dean & Ensel, 1986) menguraikan bentuk dukungan sosial dapat berasal dari pasangan suami istri, tetangga, supervisor pekerjaan, rekan kerja, kerabat atau teman. Menurut (Mappiare, 1982) teman sebaya merupakan lingkungan sosial tempat remaja belajar untuk hidup bersama orang lain yang bukan anggota keluarganya, dan lingkungan teman sebaya merupakan suatu kelompok yang baru yang memiliki ciri, norma, kebiasaan yang jauh berbeda dengan apa yang ada dalam lingkungan keluarga. Dengan demikian, maka penelitian ini lebih

memfokuskan dukungan sosial yang bersumber dari dukungan sosial teman sebaya. Sarafino (dalam Smet, 1994) menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya adalah keyamanan, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lain yang diterima dari teman yang berusia atau memiliki level kematangan yang sama. House (dalam Smet, 1994) mengungkapkan bahwa dukungan sosial memiliki empat aspek meliputi, dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan penghargaan dan dukungan emosi.

Pada perkembangan sosial remaja dapat dilihat ada dua macam gerak yaitu, gerak memisahkan diri dari orang tua dan gerak menuju kearah teman sebaya. Dua macam gerak ini bukan merupakan hal yang berurutan meskipun dapat terkait satu sama lain. Hal ini menyebabkan bahwa ketika remaja mulai memisahkan diri dari orang tua tanpa diikuti dengan gerak menuju teman sebaya hal tersebut akan menyebabkan kesepian pada remaja akhir (Monks dkk, 2001). Selama masa remaja kelompok teman sebaya memberikan pengaruh yang besar. Sejumlah ahli teori lain menekankan pengaruh negatif dari teman sebaya terhadap perkembangan remaja. Bagi sebagian remaja, ditolak atau diabaikan oleh teman sebaya menyebabkan munculnya perasaan kesepian (Desmita, 2005). Fessman dan Later (dalam Bruno, 2000) menjelaskan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan prediktor bagi munculnya kesepian. Maksudnya disini adalah individu yang memperoleh dukungan sosial terbatas lebih berpeluang mengalami kesepian. Hasil penelitian Perlman dan Peplau (1981) menunjukkan bahwa kesepian hasil dari ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang sebenarnya dan hubungan sosial yang diinginkan atau dibutuhkan. Berdasarkan uraian diatas rumusan masalah yang diajukan dalam

penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesepian pada remaja akhir?

## **B. Tujuan dan Manfaat**

### **Tujuan**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kesepian pada remaja akhir.

### **Manfaat**

Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan dan sosial, mengenai hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kesepian.