

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kesepian

1. Pengertian

Menurut Gierveld, kesepian adalah situasi yang dialami oleh individu dimana ada hal yang tidak menyenangkan dan tidak dapat diterima dari kurangnya kualitas hubungan tertentu. Termasuk situasi ketika jumlah hubungan yang ada lebih kecil dibanding yang dinilai diinginkan atau diterima, dan juga situasi ketika keinginan akan keintiman belum teralisasi (Gierveld, dkk. 2006).

Weiss (dalam Peplau & Perlman, 1982) menjelaskan bahwa kesepian merupakan kesendirian yang dirasakan individu karena tidak adanya hubungan yang dibutuhkan atau yang ditetapkan. Kesepian merupakan suatu respon dari ketidakhadiran dari tipe hubungan yang istimewa atau ketersediaan hubungan yang istimewa.

Menurut Lake (1986) kesepian adalah tidak terpenuhinya kebutuhan untuk berkomunikasi dan membina suatu hubungan akrab dengan orang lain. Lake menjelaskan lebih lanjut bahwa kesepian disebabkan oleh karena hilangnya hubungan akrab yang penuh arti dengan orang lain. Perasaan kesendirian mungkin merupakan kondisi sementara yang dihasilkan dari sebuah perubahan dalam kehidupan individu.

Menurut Russell (1996) kesepian merupakan adanya kepribadian dinamis dalam individu dari sistem-sistem psikofisik yang menentukan karakteristik

perilaku dan berfikir, kemudian adanya keinginan individu pada kehidupan sosial dan kehidupan dilingkungannya, dan juga adanya *depression*, yang merupakan salah satu gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tiak berharga, berpusat pada kegagalan.

Menurut Brehm (2002) kesepian adalah perasaan kurang memiliki hubungan sosial yang diakibatkan ketidakpuasan dengan hubungan sosial yang ada. Peplau dan Perlman (1982), menjelaskan pengertian kesepian mencakup tentang hubungan sosial manusia yang tidak terpenuhi atau keadaan yang diakibatkan perasaan tidak puas karena tidak terpenuhinya kebutuhan seseorang akan hubungan sosial yang menurut standarnya adalah hubungan yang memuaskan.

Young mendefinisikan kesepian sebagai ketidakhadiran atau tidak merasa puas dengan hubungan sosial, diikuti dengan gejala distress psikologis yang berkaitan dengan kenyataan (Peplau & Perlman, 1982). Menurut Leiderman (Peplau & Perlman, 1982) kesepian adalah kondisi afektif ketika individu sadar akan perasaan terpisah dari orang lain, berbarengan dengan pengalaman dari kebutuhan yang tidak pasti akan individu lain.

Berdasarkan pengertian-pengertian yang dijelaskan dari beberapa tokoh di atas maka dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah suatu perasaan yang tidak menyenangkan seperti terasing, tertolak, ataupun kegelisahan ketika individu mengalami tidak adanya kedekatan dengan orang lain dan hubungan sosial yang diharapkan tidak memuaskan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Dimensi Kesepian

Dimensi kesepian oleh Gierveld disusun berdasarkan teori Weiss (dalam Taylor, Peplau, dan Sears, 2006) yang menyatakan kesepian terbagi menjadi dua dimensi, yaitu:

a. Kesepian Emosional

Kesepian emosional timbul karena tidak adanya kasih sayang dan perhatian dari figur lekat, seperti yang biasa diberikan oleh orang tua, pasangan, atau teman akrab.

b. Kesepian Sosial

Kesepian sosial terjadi ketika individu mengalami perasaan kurang dalam integrasi atau keterlibatan sosial serta komunikasi yang dapat diperoleh dari teman, rekan kerja, ataupun pasangan.

3. Faktor yang Mempengaruhi Kesepian

Banyak faktor yang berkontribusi pada pengalaman kesepian. Lake (1986) menjelaskan tidak terpenuhinya kebutuhan untuk berkomunikasi dan membina hubungan akrab dengan orang lain menjadi salah satu faktor yang menyebabkan seseorang merasakan kesepian. Oleh karena itu, perlu membedakan antara *predisposing factors* yang membuat individu lebih mudah atau lebih rentan mengalami kesepian dan *precipitating factors* yang menjadi pemicu munculnya kesepian (Peplau, 1988; Perlman & Peplau, 1981; Peplau & Perlman 1982).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. *Predisposing Factors*

Predisposing faktor meningkatkan risiko kesepian, meliputi karakteristik individu dan karakteristik situasi. Dari hasil penelitian yang dilakukan Pinguart dan Sorensen (dalam Gierlveld, Tilburg, Dykstra, 2006) mengatakan tidak ada pasangan dalam rumah tangga membuat orang lebih rentan terhadap kesepian. Hal ini juga sejalan dari hasil penelitian yang dilakukan Rubeinsten dkk (Brehm, 2002) menjelaskan bahwa kesepian lebih merupakan reaksi terhadap kehilangan hubungan perkawinan dan ketidakhadiran dari pasangan suami atau istri pada diri seseorang.

Usia, gender, status sosial ekonomi, kesehatan juga dapat meningkatkan kesepian pada diri seseorang. Karakteristik individu juga dapat meningkatkan resiko kesepian. Orang dengan keterampilan sosial yang buruk cenderung mengalami kesulitan mengembangkan dan memelihara hubungan dan itu menjadi alasan untuk seseorang merasa kesepian. Tidak nyaman secara sosial, takut keintiman, mudah diintimidasi oleh orang lain dan tidak dapat berkomunikasi secara memadai kepada orang lain juga merupakan munculnya rasa kesepian.

b. *Precipitating Factors*

Kesepian muncul dipicu oleh perubahan pada hubungan sosial individu dalam kehidupan nyata atau oleh perubahan pada kebutuhan atau keinginan akan hubungan sosial mereka. Kesepian juga timbul karena terpisah dari ikatan sosial yang penting atau karena berakhirnya hubungan penting. Banyak

fakta menyebutkan bahwa menjadi janda (Lopata, et.al., dalam Peplau, 1988), perceraian (Weiss, dalam Peplau, 1988) dan perpindahan geografis menjadi penyebab munculnya kesepian.

Kesepian juga terjadi jika kualitas hubungan sosial yang dimiliki oleh individu mengalami penurunan. Perubahan kebutuhan dan keinginan sosial individu tidak hanya dikaitkan dengan perubahan pada hubungan yang ada, tetapi juga memicu kesepian (dalam Peplau, 1988).

Selain dua faktor di atas berdasarkan hasil penelitian sebelumnya ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesepian antara lain, yaitu :

1. Dukungan sosial. Faktor yang mempengaruhi kesepian adalah berasal dari dukungan sosial. Berdasarkan hasil penelitian Mijilputri (2015) menjelaskan bahwa penghayatan akan kesepian bersifat individual. Dukungan sosial sangat membantu mengurangi rasa sepi. Fressman dan Lester (dalam Gunarsa, 2004) menjelaskan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor bagi munculnya kesepian.
2. Komunikasi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Prihatsanti (dalam Utami, 2008) menjelaskan bahwa komunikasi adalah hal penting yang dibutuhkan oleh seseorang terutama untuk dapat membagi persoalan atau hal penting yang terjadi dalam kehidupannya.
3. Keberfungsian keluarga. Faktor yang juga mempengaruhi kesepian adalah keberfungsian keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Cendra (2012) menemukan bahwa apabila dalam suatu keluarga memiliki hubungan



yang baik dan dukungan kuat dari anggota keluarga maka perasaan kesepian yang dirasakan dapat berkurang.

4. *Self Esteem*. Orang yang memiliki *self-esteem* yang rendah cenderung merasa tidak nyaman pada situasi yang beresiko secara sosial. Dalam keadaan seperti ini orang tersebut akan menghindari kontak-kontak sosial tertentu secara terus menerus akibatnya akan mengalami kesepian (dalam Brehm, 2002).

Jadi dapat disimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kesepian, diantaranya yaitu faktor yang membuat individu lebih mudah atau lebih rentan mengalami kesepian (*predisposing factors*) dan yang menjadi pemicu munculnya kesepian (*precipating factors*). Selain faktor-faktor tersebut yang dapat mempengaruhi kesepian adalah dukungan sosial, komunikasi, keberfungsian keluarga dan *self-esteem*.

B. Kualitas Komunikasi

1. Pengertian

Purwanto (1988, dalam Savitri dan Rahmana, 2009) mengemukakan bahwa kualitas komunikasi secara harfiah merupakan suatu derajat baik buruknya interaksi sosial, kontak sosial, kedua belah pihak, baik pihak pengirim maupun penerima. Kualitas yang baik dari komunikasi diartikan sebagai suatu keberhasilan dalam sebuah interaksi dan dinyatakan sebagai komunikasi yang efektif sedangkan kualitas yang buruk menandakan ketidakefektifan dari komunikasi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Menurut Montgomery, kualitas komunikasi adalah kemampuan sebuah keluarga untuk menjalin hubungan interpersonal, melakukan transaksi, penguasaan simbolik (dapat mengartikan suatu lambing yang telah saling dipertukarkan) dan memelihara pengertian melalui komunikasi yang dilakukan (dalam Lasswell & Lasswell, 1987). Kualitas komunikasi bukan hanya sekedar mendengarkan tetapi juga memahami. Setiap komunikasi yang dilakukan melibatkan unsur dan isi hubungan sekaligus. Kualitas komunikasi memenuhi kriteria saling terbuka, jujur, percaya, empati, dan kemampuan mendengarkan dengan baik (Lasswell & Lasswell, 1987).

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kualitas komunikasi adalah kemampuan pasangan dalam menyampaikan pesan melalui hubungan yang menyenangkan.

2. Aspek-aspek Kualitas Komunikasi

Lasswell dan Lasswell (1987) menyatakan bahwa aspek-aspek kualitas komunikasi yaitu:

- a. *Keterbukaan*. Salah satu faktor penting dalam menegakkan kualitas komunikasi adalah jika komunikasi berlandaskan keterbukaan satu sama lain. Keterbukaan ini merupakan interaksi timbal balik antara pasangan suami istri mengenai hal yang disukai, hal yang tidak disukai, pikiran dan perasaan yang dirasakan.
- b. *Kejujuran*. Kejujuran merupakan salah satu aspek kekuatan komunikasi. Agar komunikasi yang terjalin tetap bertahan, maka informasi yang



diberikan harus dapat dipercaya oleh pasangan. Kejujuran akan membantu individu untuk melakukan klarifikasi terhadap apa yang dirasakan individu, sehingga sedapat mungkin mencegah terjadinya kesalahpahaman antara kedua belah pihak.

- c. *Kepercayaan*. Kepercayaan merupakan cerminan dari bagaimana keterbukaan dan kejujuran individu pada pasangannya. Kepercayaan dapat ditunjukkan dalam bentuk penerimaan, memberikan pendapat dan tanggapan sebagai respon dan reaksi terhadap apa yang telah disampaikan pasangan. Berpijak pada sebuah rasa saling percaya dalam mengkomunikasikan persoalan-persoalan terkait kehidupan perkawinan yang dijalani bersama pasangan dapat menjadi kekuatan dalam menyelesaikan persoalan-persoalan yang terjadi tanpa ada pihak yang dirugikan.
- d. *Empati*. Empati merupakan kemampuan individu untuk mendengarkan dengan aktif dan penuh perhatian pada lawan bicara. Empati merupakan hal yang sangat diperlukan dalam menerima pesan, sehingga pemberi pesan merasa diterima, dihargai dan didengarkan. Individu yang mampu berempati pada apa yang disampaikan lawan bicaranya adalah individu yang mampu mengidentifikasi emosi lawan bicaranya.
- e. *Kemampuan Mendengarkan*. Mendengar adalah kemampuan aktif yang membutuhkan konsentrasi, sehingga sesungguhnya kita tidak hanya sekedar mendengarkan namun juga mampu merasakan dan mengerti apa yang disampaikan lawan bicara. Individu yang mampu mendengarkan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



secara aktif akan mampu memberikan respon dan umpan balik pada lawan bicara jika dibutuhkan. Kemampuan mendengarkan pada dasarnya agar tidak terjadi kesalahan dalam penafsiran pesan yang disampaikan. Dalam hubungan perkawinan, kualitas komunikasi tergantung pada kapasitas pasangan dalam mengirim, menerima dan menafsirkan informasi atau pesan yang disampaikan oleh pasangan.

C. Kerangka Berfikir

Menikah dengan seorang anggota TNI, tentu menjadi suatu kebanggaan tersendiri dalam diri seorang wanita. Namun, dibalik kebanggaan tersebut ada konsekuensi yang harus dihadapi oleh istri anggota TNI. Salah satu konsekuensi yang harus diterima dan dijalani adalah harus siap ditinggal oleh suami sampai batas waktu yang tidak bisa ditentukan. Sebagai seorang istri anggota TNI diharapkan dapat merelakan suami pergi untuk urusan pekerjaan, karena tugas memang harus dijalankan. Saat suami tidak ada otomatis tanggung jawab keluarga sepenuhnya ada dipundak istri, mulai dari mengurus rumah hingga anak. Selama istri ditinggalkan oleh suami, tidak mustahil akan banyak mengalami hambatan dan permasalahan, salah satunya adalah kesepian.

Damayanti, Ratnawati dan Fevriasanty (2016) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa hambatan ataupun masalah yang dihadapi istri tentara adalah munculnya perasaan kesepian. Hal ini ditandai dengan adanya perasaan sedih, gelisah, khawatir dan kosong karena banyaknya permasalahan-permasalahan yang dihadapi istri tanpa kehadiran suami di sisinya. Kesepian ini terjadi karena istri

merasa tidak memiliki tempat untuk berbagi dalam menyelesaikan tugas-tugas rumah tangga. Selain itu keterbatasan ruang dan waktu membuat istri tidak dapat leluasa untuk bercengkrama dengan suami sehingga istri merasa sendiri dan kesepian.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prihatsanti (dalam Utami, 2008), yang menjelaskan bahwa istri anggota TNI mengalami dan merasakan kesepian karena tinggal berjauhan dengan keluarga dan suami yang sedang bertugas diluar daerah. Pemisahan fisik dengan orang-orang yang dicintai merupakan salah satu kejadian yang dapat memicu kesepian. Kesepian dapat timbul karena tidak terpenuhinya kebutuhan untuk berkomunikasi dan hilangnya hubungan akrab yang penuh arti dengan orang lain (Lake, 1986). Menurut Brehm (2002) kesepian adalah perasaan kurang memiliki kedekatan dan interaksi dengan orang lain yang diakibatkan oleh ketidakpuasan terhadap hubungan sosial yang dimiliki. Dalam hal ini hubungan sosial yang dimaksud adalah hubungan perkawinan. Salah satu faktor-faktor yang mempengaruhi kesepian diantaranya adalah terjadinya perubahan hubungan sosial dan perubahan pola komunikasi terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan.

Penelitian yang dilakukan Rubeinsten, dkk (dalam Brehm, 2002) menyimpulkan bahwa kesepian merupakan respon negatif yang timbul karena ketidakhadiran dari pasangan suami atau istri pada diri seseorang dalam suatu hubungan perkawinan. Alasan lain yang menyebabkan timbulnya kesepian adalah karena berpisah dengan pasangan, merasa tidak dimengerti, tidak memiliki teman dekat, pulang dengan rumah yang kosong dan sendirian. Tinggal berjauhan dengan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



dapat membantu istri mengatasi konflik yang terjadi dalam rumah tangga selama berpisah dengan suami yang sedang dalam penugasan.

Komunikasi yang tidak terjalin dengan baik tentunya akan menimbulkan ketidakharmonisan dalam sebuah perkawinan. Dewi dan Sudhana (2013) mengatakan bahwa komunikasi merupakan satu cara untuk mewujudkan kehidupan perkawinan yang harmonis. Kualitas komunikasi bukan hanya sekedar mendengarkan tetapi juga memahami. Setiap komunikasi yang dilakukan melibatkan unsur dan isi hubungan sekaligus. Untuk menentukan efektifitas komunikasi tersebut adalah hubungan manusianya, yaitu bagaimana pesan disampaikan.

Kualitas komunikasi menjelaskan cara pasangan menyampaikan pesan kepada pasangannya agar tercipta hubungan yang menyenangkan di antara keduanya. Kualitas komunikasi juga dapat ditunjukkan dengan adanya rasa empati, serta kepercayaan pada suami yang sedang dalam penugasan. Jika komunikasi yang terjadi antara istri TNI dan suami yang sedang bertugas berkualitas yaitu terbuka dan berlangsung dua arah, maka akan terbina saling pengertian dan dapat memahami kondisi pekerjaan suami sehingga dapat mengurangi ketidakstabilan emosi yang berujung pada timbulnya perasaan kesepian. Semakin berkualitas komunikasi yang terjadi antara suami dan istri yang sedang berpisah walaupun hanya sekali dalam sebulan namun istri merasa diperhatikan dan dianggap berharga maka kecil kemungkinan untuk istri merasakan kesepian. Ketika kesepian, istri TNI merasakan kepanikan dan ketidakberdayaan dalam dirinya, merasakan kebosanan, membenci diri sendiri serta merasa sedih dan muram. Komunikasi yang dilakukan dengan efektif

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

akan membuat istri merasa diperhatikan dan dianggap berharga dapat membuat istri menjalankan hari-harinya dengan lebih baik serta dapat mengurangi rasa kesepian yang muncul walaupun tinggal berpisah dengan suami yang sedang bertugas.

D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan negatif antara kualitas komunikasi dengan kesepian pada istri anggota TNI, semakin baik tingkat kualitas komunikasi maka semakin rendah kesepian yang dirasakan istri yang ditinggal suami bertugas. Sebaliknya, semakin buruk kualitas komunikasi maka semakin tinggi tingkat kesepian yang dirasakan istri yang ditinggal bertugas.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

