

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Descutner dan Thelen (1991) mengatakan bahwa keintiman merupakan kebutuhan manusia dalam menjalankan kehidupan sosial dan merupakan faktor penting mempengaruhi kesehatan psikologis suatu individu. Ketika individu mampu untuk menjalankan intimasi dalam sebuah hubungan, kedekatan hubunganpun akan meningkat dan kepuasan dalam menjalin suatu hubungan akan lebih mudah tercapai.

Erikson (dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2001) mengemukakan bahwa intimasi adalah kemampuan untuk berhubungan dekat, menjalin kehangatan dan menjalin komunikasi dengan orang lain, seperti sebagai kekasih, teman atau anggota masyarakat. Selanjutnya, Erikson menjelaskan bahwa proses individu melakukan atau menjalin intimasi berlangsung pada tahap dewasa awal (Papalia, Olds & Feldmans, 2001).

Seseorang yang akan memasuki tahap dewasa awal, intimasi sangat berperan penting dalam proses perkembangan kehidupan individu, khususnya dalam menjalin hubungan romantis. Menurut Erikson (Papalia, Olds & Feldmans, 2001) keberhasilan seseorang dalam menjalankan tahap krisis *intimacy vs isolation* akan meningkatkan kemampuan individu dalam berhubungan dekat dan berkomitmen pada sebuah hubungan, khususnya dalam hubungan romantis.

Intimasi atau kedekatan menurut Robert Steinberg (dalam Gamble & Gamble, 2005) merupakan salah satu karakteristik unik dari hubungan romantis. Dimana Steinberg mengatakan bahwa intimasi adalah tahap yang tertuju pada kedekatan perasaan antara dua orang dan kekuatan yang mengikat mereka untuk bersama. Sebuah hubungan akan mencapai keintiman emosional saat kedua belah pihak saling mengerti, terbuka dan saling mendukung serta dapat berbicara apapun tanpa merasa takut ditolak.

Intimasi dalam sebuah hubungan interpersonal, termasuk dalam menjalin hubungan romantis dianggap penting karena merupakan salah satu tahap dalam membina sebuah hubungan. Dengan mempertahankan dan memelihara hubungan untuk meningkatkan intimasi, maka kemungkinan munculnya konflik pun dapat diminimalisir sehingga membantu hubungan agar tidak masuk dalam tahap perusakan dan pemutusan hubungan (Devito, 2007).

Mempertahankan sebuah jalinan hubungan romantis, setiap individu dituntut untuk dapat memberikan kepercayaan, berkomitmen dan berkomunikasi dengan baik. Hal ini menjadi penting dilakukan individu dewasa awal dalam menjalin hubungan romantis, karena pada umumnya pada periode ini individu menjalin kedekatan hubungan yang lebih mendalam dan berpikir untuk masa depan. Pada periode dewasa awal seseorang juga mulai menjalin hubungan romantis di dalam tahap *steady dating* serta menjalin hubungan serius dengan mulai berkomitmen seperti memulai untuk membicarakan rencana pernikahan (Duvall & Miller, 1985).

Ketidakmampuan individu menjalin intimasi akan mengakibatkan rasa gelisah dan dapat berdampak buruk pada kesehatan emosional seperti mengalami depresi, ketidakmampuan beradaptasi dengan stress dan kesehatan psikis yang buruk (Doi & Thelen, 1993). Penelitian yang dilakukan Antonucci dan Akiyama (1987) mengatakan bahwa ketakutan suatu individu menjalin intimasi dengan individu lain akan dapat berdampak buruk pada kemampuannya untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya.

Seseorang menanggukkan untuk tidak menjalin intimasi dalam hubungan romantis dikarenakan adanya perasaan takut akan masalah keuangan dan ingin fokus pada pekerjaannya. Individu pada dasarnya tidak mampu menjalankan kedekatan hubungan dengan intensitas yang tinggi karena ada beberapa individu yang mempunyai ketakutan dalam menjalin intimasi dengan memikirkan kemungkinan akan ditinggalkan orang terdekat atau kekasihnya (Alperin, 2001).

Alperin (2001) menjelaskan bahwa individu mempunyai kegelisahan pada intimasi, karena takut akan kehilangan kontrol akan dirinya atau batas-batas dan prinsip tertentu dalam hidupnya. Alasan akan tindakan ini dikarenakan seseorang takut untuk mulai belajar berkorban untuk kepentingan bersama dan berkompromi untuk mempertahankan hubungan (Alperin, 2001). Hal ini mengakibatkan individu tersebut akan segan untuk memulai intimasi dengan orang terdekatnya agar tidak menempatkan dirinya dalam posisi *vulnerable* atau *rejection* (Alperin, 2000).

McAdams (1998) didalam teorinya *intimacy motive* yang mengemukakan bahwa kualitas hubungan yang pernah atau sedang seseorang jalani berkaitan dan berpengaruh dengan cara mereka dalam menjalin atau menyikapi intimasi. McAdams (1998) lebih lanjut menjelaskan bahwa setiap individu dipercaya mempunyai pengertian yang berbeda mengenai intimasi sehingga tingkat ketakutan setiap individu terhadap intimasipun berbeda-beda. Lelaki dan perempuan memiliki pengertian intimasi yang berbeda, hal ini dikarenakan keduanya memiliki cara yang berbeda untuk mengekspresikan dan menyikapi intimasi. Jika perempuan mengartikan intimasi atau menjalin intimasi dengan berkomunikasi dalam hubungan, maka keintiman lelaki lebih berdasarkan kedekatan atau kontak fisik dari pada komunikasi (McAdams, 1998).

Perbedaan antara lelaki dan perempuan dalam cara mengekspresikan dan mempersepsikan intimasi, tentu secara tidak langsung akan berdampak pada perbedaan tingkat ketakutan untuk menjalin intimasi yang dialami oleh lelaki dan perempuan sehingga dapat memicu adanya kesalahpahaman dan konflik yang biasa terjadi dalam hubungan romantis (McAdams, 1998). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketakutan menjalin intimasi pada lelaki lebih tinggi dari pada perempuan (Hook, Gerstein, Deitrich & Gridley. 2003; Thelen, Vander, Jillon & Harmon. 2000). Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Tissa (2007) yang menggunakan partisipan di Jakarta, menyatakan bahwa tidak adanya perbedaan tingkat ketakutan menjalin intimasi dalam hubungan romantis pada lelaki dan perempuan.

Penelitian Antonucci dan Akiyama (1987) yang menjelaskan bahwa tingkat ketakutan intimasi juga disebabkan karena adanya hubungan positif antara intimasi dengan dukungan sosial setiap individu miliki. Dukungan sosial didefinisikan sebagai hubungan dekat yang dijalin individu dengan individu lainnya dengan saling terbuka berbagi mengenai aspek personal tentang dirinya, tempat berbagi pendapat, dukungan dan nasehat, serta hubungan yang didasari oleh kepercayaan yang dalam antar keduanya (Doi & Thelen, 1998). Antonucci dan Akiyama (1987) juga menjelaskan bahwa dikarenakan terbatasnya dukungan sosial yang dimiliki lelaki sangat memungkinkan bila lelaki mempunyai tingkat ketakutan intimasi yang lebih tinggi dari pada perempuan yang mempunyai lebih banyak dukungan sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Emmons dan Colby (dalam Thelen, Vander, Jillon, Thomas & Harmon, 2000) yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai skor tinggi dalam ketakutan menjalin intimasi adalah mereka yang cenderung tidak berbagi mengenai perasaan terdalam, informasi pribadi dan perasaan tertekan mereka kepada orang lain. Dengan begitu, mereka akan lebih mudah mengalami konflik dalam mengekspresikan perasaan sehingga dapat menghambat mereka dalam menjalin intimasi dan kedekatan hubungan.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti merasa tertarik dan terdorong untuk melakukan penelitian ini. Dimana adanya perbedaan karakteristik budaya, ras, norma-norma sosial dan agama mungkin dapat menjadi salah satu faktor penentu perbedaan tingkat ketakutan intimasi antara lelaki dan perempuan. Oleh karena itu, mereplikasi penelitian sebelumnya dan menggunakan latar belakang

partisipan yang berbeda, penelitian kali ini bertujuan untuk meneliti apakah adanya hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat ketakutan menjalin intimasi serta melihat apakah jenis kelamin mempengaruhi hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat ketakutan menjalin intimasi dalam hubungan romantis.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, bahwa intimasi berperan penting dalam perkembangan hidup manusia sebagai makhluk sosial, khususnya pada tahap dewasa awal dalam menjalankan hubungan interpersonal. Oleh karena itu, masalah dalam penelitian ini yaitu bahwa adanya hubungan antara banyaknya dukungan sosial yang diperoleh individu terhadap ketakutan menjalin intimasi dalam hubungan romantis pada laki-laki dan perempuan.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman lebih mendalam mengenai intimasi dan mengapa intimasi sangat penting dalam perkembangan hidup manusia, khususnya dalam tahap perkembangan dewasa awal. Berdasarkan uraian dari penelitian yang mengatakan bahwa tingkat ketakutan lelaki dalam menjalin hubungan romantis lebih tinggi jika dibandingkan dengan perempuan (Hook, Gerstein, Deitrich, dan Gridley. 2003; Thelen, Vander, Jillon dan Harmon. 2000; Tissa. 2007), maka penelitian kali ini akan ditujukan memahami intimasi dengan memakai partisipan pada dewasa awal yang memiliki karakteristik berbeda dari penelitian yang dilakukan sebelumnya.

Sehingga akan diketahui apakah banyak atau sedikitnya dukungan sosial yang diperoleh setiap individu berhubungan dengan tingkat ketakutan menjalin intimasi serta melihat apakah jenis kelamin akan mempengaruhi hubungan antara dukungan sosial dengan ketakutan intimasi dalam hubungan romantis.

#### **D. Keaslian Penelitian**

Penelitian mengenai tentang intimasi telah banyak dilakukan, satu diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Doi dan Thelen (1993) dimana penelitian ini menyatakan bahwa tingkat ketakutan yang dialami oleh lelaki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Selain itu, penelitian Thelen, Vander, Jillon, Thomas dan Harmon (2000) juga membuktikan hal yang sama, dimana tingkat ketakutan dalam menjalin intimasi yang dirasakan lelaki lebih tinggi jika dibandingkan dengan perempuan.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan Antonucci dan Akiyama (dalam Doi & Thelen, 1993) dimana penelitian ini melihat bagaimana pengaruh dukungan sosial juga mempengaruhi tingkat ketakutan menjalin intimasi. Dimana besar atau kecilnya dukungan sosial yang didapatkan atau diperoleh seseorang dari orang lain akan senantiasa mempengaruhi tingkat ketakutan dalam menjali intimasi. Selain itu, penelian yang dilakukan oleh Tissa (2007) yang menggunakan partisipan dewasa awal di Jakarta menghasilkan bahwa tidak adanya perbedaan ketakutan menjalin intimasi antara lelaki dan perempuan dalam hubungan romantis.

Penelitian yang dilakukan oleh Pilkington dan Richardson (1988) mengenai ketakutan menjalin intimasi yang terjadi dalam hubungan romantis,

dinyatakan bahwa individu yang memiliki skor tinggi pada kuesioner *perceived risk in intimacy* adalah individu yang mempunyai sedikit hubungan pertemanan atau dukungan sosial, cenderung tergolong sebagai individu yang *introvert*, tidak terlalu asertif dalam berhubungan dibandingkan mereka yang mempunyai skor rendah pada kuesioner.

Penelitian yang dilakukan oleh Emmons dan Colby (dalam Thelen, Vander, Jillon, Thomas & Harmon, 2000) yang menyatakan bahwa seseorang yang mempunyai skor tinggi dalam ketakutan menjalin intimasi adalah mereka yang cenderung tidak berbagi mengenai perasaan terdalam, informasi pribadi dan perasaan tertekan mereka kepada orang lain. Dengan begitu, mereka akan lebih mudah mengalami konflik dalam mengekspresikan perasaan sehingga dapat menghambat mereka dalam menjalin intimasi dan kedekatan hubungan. Selain itu, mereka yang mempunyai ketakutan tinggi dalam menjalin intimasi juga cenderung memilih atau mencari pasangan yang juga mempunyai pemikiran atau ketakutan yang sama..

### **E. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan nantinya dapat memberikan manfaat, baik itu secara teoritis maupun praktis, yaitu :

#### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan nantinya penelitian ini dapat menambah literatur kepustakaan secara umum dan psikologi khususnya.



## 2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini menjadi informasi atau masukan pada individu yang berada pada masa dewasa awal bahwa :

- a. Kemampuan dan kemauan individu untuk menjalin intimasi didalam suatu hubungan sangat penting, agar individu tidak merasakan dampak negatif dalam perkembangan hidupnya, seperti *isolation* atau pengasingan.
- b. Besar atau kecilnya dukungan sosial yang dimiliki seseorang berhubungan dengan ketakutan menjalin intimasi dalam hubungan interpersonal.