

BAB II LANDASAN TEORI

A. Intimasi

1. Pengertian Intimasi

Erikson mendeskripsikan intimasi sebagai kemampuan untuk dekat dengan orang lain, seperti sebagai kekasih, teman atau anggota masyarakat (Boeree, 2005). Selain itu, menurut Erikson, kemampuan untuk berkomunikasi seseorang juga berperan penting didalam menjalin dan meningkatkan intimasi di dalam menjalin hubungan romantis. Hal ini didukung oleh pernyataan Strong dan Devault (1989) yang mengemukakan bahwa intimasi dan komunikasi adalah saling berkaitan dan pasangan yang mengalami kesulitan dalam komunikasi dikatakan tidak mempunyai intimasi di dalam hubungan mereka.

Strong dan Devault (1989) sendiri mendeskripsikan intimasi sebagai perasaan hangat, dekat, dan terikat yang didapatkan individu ketika mencintai seseorang. Sedangkan Carter dan Mc Goldrick (1989) mendefinisikan intimasi sebagai berikut :

"Intimacy is a caring relationship without pretense, revelation without risk of loss or gain by one or the other. It is giving and receiving, an exchange that enhances because it facilitates the awareness of selves, of their differences and sameness. It is discriminant, encouraging elaboration of facets of each person. It creates and sustains belonging, while appreciating each individual's uniqueness. Intimacy encourages continuity "

Pengertian tersebut, menunjukkan bahwa intimasi mengacu pada perasaan yang hangat, dekat, dan terikat, baik secara fisik maupun emosional yang diekspresikan secara verbal ataupun non verbal, dan didapat dari orang yang dicintai. Ketika menjalin intimasi, pasangan saling berbagi perasaan yang terdalam, memberi dan menerima tanpa pamrih, merasa dapat mengerti dan dimengerti, saling memelihara hubungan dan dapat mengandalkan pasangannya apabila dalam kesusahan. Namun, intimasi juga masih memberikan kesempatan pada masing-masing individu untuk berkembang, serta mengakui adanya keunikan dalam diri masing-masing individu.

2. Perkembangan Intimasi dalam Hubungan Romantis

Beberapa aspek yang dapat membantu perkembangan intimasi dalam menjalin hubungan romantis dapat dilihat sebagai berikut (dalam Gamble & Gamble, 2005) :

a. Penerimaan diri

Erikson (dalam Boeree, 2005) percaya bahwa penerimaan diri yang positif adalah suatu persyaratan untuk suatu hubungan yang memuaskan. Dengan perasaan positif, individu yang dapat menerima diri dapat menjadi fondasi untuk menjalin intimasi di dalam hubungan.

b. Saling berinteraksi

Bila ada interaksi yang berjalan di antara dua individu maka hal tersebut dapat menjadi dasar yang baik di dalam suatu hubungan yang positif.

c. Memberi tanggapan

Jenis-jenis respon atau tanggapan tertentu, misalnya dengan saling mendengarkan, mengerti dan memahami pandangan atau pendapat pasangan maka kelestarian hubungan akan terjaga.

d. Perhatian

Perhatian yang dicurahkan oleh individu dapat memotivasi pasangan dan menjaga kesejahteraan hubungan.

e. Rasa Percaya

Dengan rasa percaya bahwa pasangan akan berlaku secara konsisten, berusaha untuk membina pertumbuhan dan mempertahankan stabilitas hubungan, maka keutuhan hubungan akan selalu terjaga.

f. Kasih sayang

Pengekspresian kasih sayang kepada pasangan dapat meningkatkan jalinan intimasi diantara pasangan.

g. Kemampuan untuk bergembira bersama pasangan

Individu dapat mengutarakan kegembiraan dan kesenangannya dengan cara menghabiskan waktu bersama dengan bersenang-senang bersama.

h. Berhubungan seksual

Kadang pasangan melakukan hal ini untuk pengekspresian perasaannya. Namun bila pasangan melakukan hal tersebut tanpa melalui tahapan-tahapan sebelumnya, maka akan terjadi penurunan perasaan kedekatan emosional diantara keduanya.

3. Teori Erikson: *Life Stages Development*

Teori Erikson merupakan salah satu teori perkembangan yang penjabaran teorinya membenarkan gagasan-gagasan Freud, termasuk mengenai gagasan mengenai *Oedipal Complex* yang sampai sekarang masih diperdebatkan.

Erikson menjabarkan, memperluas dan memperbaiki teori tahapan yang dicetuskan oleh Freud. Beliau menyatakan bahwa pertumbuhan berjalan berdasarkan prinsip epigenetik. Prinsip epigenetik menyatakan bahwa kepribadian kita berkembang melalui delapan tahapan yang kemudian dikenal dengan Erikson *Life Stages Development* (Boeree, 2005). Untuk memasuki satu tahap ditentukan oleh keberhasilan atau tidak keberhasilan tahap sebelumnya. Setiap tahapan memiliki tugas-tugas perkembangan sendiri yang pada hakikatnya bersifat psikososial. Tahapan-tahapan tersebut memiliki istilah khusus dan dideskripsikan melalui tahap usia atau waktu optimal tertentu.

Bila satu tahap berhasil dilewati dengan baik, individu akan memperoleh beberapa kelebihan atau daya tahan psikososial yang akan membantu kita melewati tahap-tahap selanjutnya dalam kehidupan. Sebaliknya, jika individu gagal atau tidak mampu melewati satu tahapan dengan baik, maka individu akan tumbuh dengan *maladaptation* (adaptasi keliru) dan *malignation* (selalu curiga). *Maladaptation* tidaklah terlalu bahaya, karena banyak mengandung aspek positif, sementara *malignation* mengandung banyak aspek negatif dan sedikit memuat aspek positif.

4. Dewasa Awal

Salah satu transisi yang paling penting dalam perkembangan hidup seseorang adalah masa dimana remaja berkembang ke periode dewasa. *Emerging Adulthood* adalah salah satu istilah yang digunakan untuk mendeskripsikan transisi ini (Santrock, 2006).

Masa transisi anak-anak sampai dengan remaja dimulai dari perkembangan pubertas, maka transisi remaja ke dewasa ditentukan melalui latar belakang kebudayaan dan pengalaman hidup (Santrock, 2006). Semakin berkembangnya zaman secara tidak langsung menuntut remaja untuk menunda perkembangan mereka ke fase selanjutnya yaitu masa dewasa.

Masyarakat sekarang ini lebih menuntut individu untuk lebih mantap dalam pendidikan dan berkemampuan tinggi di dalam segala hal dibandingkan dengan generasi-generasi sebelumnya (Santrock, 2006). Berdasarkan hal ini, transisi yang dialami seseorang dari masa remaja untuk menjadi dewasa memerlukan proses yang panjang dan durasi waktunya kadang tidak menentu.

Masa transisi ini memerlukan waktu yang cukup lama untuk dapat berkembang dan berhasil untuk mencapai ke tahap selanjutnya, banyak perbedaan penelitian pada deskripsi jangka waktu lamanya transisi tersebut. Jika Erikson (dalam Boeree, 2005) menyebutkan bahwa transisi ini berada diantara umur 18 tahun sampai 30 tahun. Perbedaan kemantapan perkembangan seseorang seperti menjelajahi karir, mencari identitas diri dan mencoba menemukan *Lifestyle* yang cocok untuk setiap individu sehingga mereka dapat mantap melanjutkan ke tahap berikutnya yaitu menjadi dewasa.

Transisi ini dapat menjadi proses penting dalam memantapkan kehidupan keuangan seseorang karena banyak individu yang sudah mulai mempunyai pekerjaan yang tetap. Berdasarkan hal ini, dapat dilihat bahwa beberapa individu sudah tidak tergantung pada keluarganya lagi dan mulai mengemban berbagai macam tanggung jawab.

5. Hubungan Romantis

Banyak sekali istilah yang dipakai untuk mendeskripsikan hubungan berpacaran. Hubungan berpacaran salah satunya dideskripsikan oleh Hewstone (1994), sebagai *close relationship*. *Close relationship* menurut pandangannya dideskripsikan sebagai berikut:

"...relationship involving some extended period and a strong frequent and diverse interdependence in activities, thoughts and feelings."

Berdasarkan pernyataan tersebut, *close relationship* diartikan sebagai hubungan yang saling melibatkan ketergantungan yang kuat, sering bersama di dalam bermacam-macam aktifitas dan saling menyatukan pikiran dan perasaan dalam suatu periode waktu.

Menurut Baron dan Byrne (2001), *close relationship* kemudian juga dikenal sebagai *romantic relationship* (hubungan romantis) atau lebih dikenal dengan *love relationship* dan merupakan salah satu fondasi dari *intimate relationship* yang seseorang jalani di dalam perkembangan hidup seseorang. *Intimate relationship* dideskripsikan sebagai kedekatan hubungan yang individu jalani di dalam berbagai macam hubungan di dalam kehidupan. Selain *intimate relationship* diekspresikan melalui kedekatan hubungan

dengan keluarga dan teman, *love relationship* atau hubungan romantis dengan pasangan juga salah satu proses pengembangan *intimate relationship*.

Seiring berjalannya perkembangan seseorang, tentunya pengalaman dalam menjalani hubungan romantis pernah dialami setiap individu. Pengalaman menjalin hubungan romantis tentunya berbeda dengan pengalaman menjalin hubungan dengan keluarga atau teman. Bila kedekatan hubungan seseorang dengan keluarga dan teman dibatasi oleh rasa hormat, hubungan pekerjaan, sekolah, berbagi aktivitas dan berbagi cerita atau nasehat, maka hubungan yang dijalin seseorang dalam hubungan romantis lebih didasari oleh komitmen, kepercayaan, kasih sayang dan keintiman yang mendalam (Papalia, Olds & Feldman, 2001).

Bagi beberapa individu, hubungan romantis dapat dirasakan sebagai ketergantungan (*addiction*), yang menimbulkan kekuatan, kegelisahan atau ketidakpastian dalam perasaan. Selain itu, beberapa individu juga mendeskripsikan hubungan romantis sebagai fantasi.

Duvall dan Miller (1985) menyebutkan hubungan romantis sebagai *dating* (berpacaran atau berkencan), hubungan ini mempunyai beberapa fungsi untuk individu yang menjalaninya. Adapun fungsi tersebut adalah sebagai rekreasi atau kebutuhan bersenang-senang, kebutuhan untuk menghindari tekanan sosial atau kritik sosial, sarana untuk mencari pasangan, kebutuhan untuk membiasakan diri dengan pasangan, sarana kesempatan untuk memenuhi kebutuhan seksual dan sarana bersosialisasi.

Menurut Duvall dan Miller (1985), adapun tahap-tahap di dalam proses *dating* atau hubungan romantis. Tahap-tahap tersebut dibagi menjadi 4 tahap sebagai berikut:

- a. *Casual dating*, biasa disebut random dating, biasanya seseorang berkencan dengan beberapa individu pada saat yang sama.
- b. *Regular dating*, pada tahap ini seseorang sudah memilih orang yang benar-benar disukai dan hanya berkenan dengan orang tersebut.
- c. *Steady dating*, pada tahap ini sudah merupakan periode yang serius karena pada umumnya pasangan lebih rutin dalam berpacaran dan rutin memenuhi kebutuhan pasangannya. Meskipun begitu, masih banyak juga yang akhirnya berpisah.
- d. *Engagement*, pada tahap ini seseorang sudah mantap untuk menjadikan pasangannya sebagai calon pendamping hidupnya. Maka, biasanya dirinya memberi simbol seperti cincin dan membuat pesta untuk memberitahukan kepada orang lain bahwa mereka berdua akan segera menikah.

Salah satu teori yang menjelaskan mengenai *love relationship* atau hubungan romantis adalah *triangular love* teori dari Sternberg (dalam Dwyer, 2000). Di dalam teori ini tiga elemen menjadi faktor penting hubungan dan faktor ini dikategorikan menjadi intimasi, passion dan komitmen. Menurut Sternberg, intimasi dideskripsikan sebagai elemen emosional dan *self-disclosure* berperan penting untuk memicu terjadinya kedekatan hubungan, kehangatan dan kepercayaan.

Passion dideskripsikan sebagai elemen motivasional yang dapat memicu dorongan *physiological* menjadi *sexual desire* atau keinginan seksual, Sedangkan elemen ketiga yaitu komitmen yang berdasarkan faktor *cognitive* dideskripsikan sebagai suatu keputusan untuk menetap pada suatu hubungan dan setia pada pasangan. Ketiga elemen ini menentukan tipe hubungan romantis apa yang seseorang sedang jalani. Jika semua elemen ini ada di dalam hubungan romantis yang seseorang jalani maka hubungan akan semakin erat dan keutuhan hubungan akan selalu terjaga.

6. Dewasa Awal dan Intimasi dalam Hubungan Romantis

Peranan penting intimasi untuk dewasa awal di dalam menjalin sebuah hubungan, khususnya di dalam hubungan romantis, akan diperlihatkan beberapa dampak positif yang dapat dirasakan setiap individu (Montgomery, 2005). Diantara dampak positifnya yaitu memiliki *positive self esteem*, *self confidence*, mengurangi kegelisahan seseorang, terhindar dari stres, terhindar dari perasaan kesepian, membantu seseorang untuk belajar komitmen dan membantu seseorang membangun pondasi kepercayaan pada sebuah hubungan.

Dampak negatif yang dapat dirasakan seseorang bila dirinya tidak mampu untuk menjalin intimasi pada suatu hubungan romantis yaitu merasakan kesepian, takut mempercayai orang lain, merasakan stres yang berkepanjangan, kepercayaan diri yang rendah, memiliki kesehatan psikis yang buruk, cuek dengan keadaan sekitarnya, cenderung memiliki pikiran yang negatif kepada orang lain dan tidak mampu bersosialisasi dengan baik.

B. Perbedaan Pengertian Intimasi pada Lelaki dan Perempuan

Menurut pandangan McAdams (1998), meskipun di dalam menjalankan hubungan romantis diperlukan keselarasan dan persamaan tujuan atau prinsip dalam menjaga keutuhan hubungan, namun perbedaan pola pikir manusia, khususnya lelaki dan perempuan memang kadang sulit untuk dihindari. Hal tersebut yang kemudian dapat menimbulkan konflik dan kesalahpahaman.

1. Intimacy Motive Theory

Berdasarkan pandangan McAdams (1998), di dalam teorinya *Intimacy Motive*, kualitas hubungan yang pernah atau sedang dijalankan seseorang berkaitan dengan cara seseorang menyikapi intimasi sehingga mungkin dapat mempengaruhi tingkat ketakutan seseorang dalam menjalin intimasi. Menurut pengamatannya, meskipun di dalam menjalin hubungan romantis diperlukan adanya kesamaan prinsip atau kesamaan kebutuhan untuk menghindari terjadinya konflik dan menjaga keutuhan hubungan, namun kualitas hubungan romantis yang pernah atau sedang seseorang jalani juga sangat berkaitan dan berpengaruh dengan cara mereka dalam menjalin atau menyikapi intimasi.

McAdams (1998) selanjutnya mengatakan bahwa individu yang sedang menjalani hubungan romantis yang tergolong lama dipercaya akan lebih mempunyai tingkat ketakutan menjalin intimasi yang rendah jika dibandingkan dengan individu yang menjalin hubungan romantis yang tergolong pendek. Hal ini menurut pandangannya dikarenakan individu

yang menjalankan hubungan yang tergolong lama dipercaya lebih mempunyai tingkat ketakutan yang cenderung rendah karena hubungan romantis yang mereka jalani mempunyai kualitas yang baik sehingga membuat mereka cenderung semakin bergantung dengan pasangannya.

Penelitian yang dilakukan Thelen (2000), yang menyatakan jika seseorang mempunyai tingkat ketakutan yang lumayan tinggi dalam menyikapi intimasi biasanya mereka hanya menjalin hubungan asmara yang durasi waktunya tergolong pendek. Hal tersebut dapat terjadi ketika seseorang yang sedang menjalin hubungan takut untuk terlibat lebih dalam tingkat intimasi yang lebih jauh. Perbedaan ini dapat menimbulkan pengaruh besar dalam kemampuan seseorang menjalin intimasi pada suatu hubungan sehingga dapat menimbulkan kesalahpahaman atau konflik dalam menjalin hubungan romantis. Hal ini yang kemudian dapat menjadi salah satu faktor penting yang menjadi penentu adanya perbedaan tingkat ketakutan pada setiap individu di dalam menjalin intimasi, khususnya ketika menjalin hubungan romantis.

Menurut pandangan McAdams (1998) di dalam teorinya *intimacy motive*, dikarenakan setiap individu mempunyai cara yang berbeda dalam menyikapi intimasi, lelaki dan perempuan juga akan cenderung mempunyai persepsi intimasi yang berbeda sehingga cara keduanya mengekspresikan intimasi pun berbeda. Hal ini juga merupakan salah satu faktor utama yang kemudian dapat memicu timbulnya konflik diantara pasangan sehingga memungkinkan untuk mengakhiri suatu hubungan.

Perbedaan persepsi mengenai intimasi pada lelaki dan perempuan ini kemudian juga dapat menjadi salah satu faktor penentu yang menyebabkan adanya perbedaan tingkat ketakutan intimasi lelaki dan perempuan.

2. Perempuan, Intimasi dan *Verbal Sharing*

Penelitian yang dilakukan Rubin (1983) dan Helgeson, Shaver & Dyer (1987) menyatakan bahwa perempuan lebih mengartikan intimasi sebagai kemampuan *verbal sharing* seseorang dalam menjalin hubungan romantis. Khususnya di dalam menjalin hubungan romantis, perempuan berpendapat bahwa *verbal sharing* sangat penting dalam mempertahankan hubungan.

Penelitian yang dilakukan oleh Hendrick (1995), menyatakan bahwa pasangan di dalam hubungan romantis sangat penting untuk berkomunikasi dengan baik agar setiap masalah yang timbul di dalam hubungan dapat teratasi. Selain itu, *verbal sharing* juga diketahui sebagai kemampuan untuk berbagi aspek personal dan merupakan salah satu faktor penting dalam meningkatkan intimasi dalam suatu hubungan (Prager, 1989). Erikson (dalam Boeree, 2005) juga menjabarkan hal tersebut dengan menyatakan bahwa untuk seseorang dapat melewati tahap perkembangan *intimacy vs isolation*, dirinya harus mampu menjalankan komunikasi yang efektif di dalam menjalankan hubungan.

Saling berbagi informasi mengenai diri sendiri kepada pasangan, akan membuat seseorang merasakan hubungan yang lebih membangkitkan

gairah. Selain itu, dengan berbagi informasi, pasangan akan belajar untuk dapat membangun kepercayaan satu sama lain dan membentuk ikatan intimasi. Pasangan yang dapat melakukan komunikasi dengan baik juga akan merasakan kepuasan didalam menjalin hubungan sehingga lebih mudah untuk mempertahankan sebuah hubungan.

Kemampuan untuk terbuka berkomunikasi memang tidak mudah untuk dilakukan setiap individu, khususnya dalam menjalin hubungan romantis. Hal ini disebabkan karena kadang dengan berkomunikasi, seseorang dapat salah menempatkan kata-kata atau seseorang dapat salah menginterpretasikan kalimat sehingga dapat memicu terjadinya kesalahpahaman atau konflik. Selain itu, kadang pasangan juga segan terbuka berkomunikasi karena dirinya merasa gengsi atau takut mendapatkan reaksi penolakan dalam mengekspresikan perasaannya. Hal ini dijelaskan lebih mendalam oleh Rubin (dalam Helgeson, Shaver & Dyer, 1987), dengan menyatakan bahwa kadang beberapa individu merasa bahwa *verbal sharing* dapat mengekspresikan kelemahan (*vulnerability*), sehingga individu segan dalam terbuka berkomunikasi.

3. Lelaki, Intimasi dan *Proximity*

Menurut penelitian terdahulu, sering kali ketidakmampuan untuk melakukan *verbal sharing* atau kecenderungan untuk menghindari komunikasi dirasakan oleh para lelaki. Hal ini terjadi karena dari kebanyakan para lelaki berpikir bahwa selain komunikasi dapat memicu terjadinya pertengkaran, komunikasi juga dapat dianggap sebagai

pengekspresian kelemahan seseorang sehingga menimbulkan prasangka negatif bagi para lelaki.

Rubin (1983) dan Helgeson, Shaver & Dyer (1987) menyatakan bahwa lelaki pada umumnya memilih *physical proximity* atau kontak fisik dalam menjalin intimasi. Untuk lebih rincinya Dwyer (2000) menjelaskan *proximity* sebagai jarak kedekatan secara fisik seseorang dengan individu lainnya atau lebih diketahui sebagai *physical contact* atau kontak fisik. Lelaki lebih memilih kontak fisik karena lebih mudah dilakukan dalam mengekspresikan afeksi dan cenderung tidak memicu timbulnya konflik. Selain itu, pada umumnya lelaki yang memilih *physical proximity* ini cenderung mendapatkan kepuasan menjalin intimasi dari melakukan kontak fisik yang pada akhirnya melibatkan aktivitas seks (Rubin, 1983). *Proximity* atau kedekatan fisik memang tidak secara langsung dapat membantu jalinan intimasi dalam suatu hubungan. Dalam hal ini, Dwyer (2000) menjelaskan bahwa *proximity* memang lebih diasosiasikan dengan *attraction* atau ketertarikan kita dengan seseorang pada basis *physical attraction* atau ketertarikan fisik.

Intimasi memang dapat dibantu ditingkatkan dengan kemampuan seseorang dengan melakukan komunikasi, maka *proximity* memang hanya salah satu faktor pendukung ketertarikan seseorang dengan individu lainnya. Berdasarkan hal tersebut, sangat memungkinkan bila lelaki mempunyai ketakutan dalam menjalin intimasi yang lebih tinggi daripada perempuan.

C. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Pierce (dalam Kail dan Cavanaugh, 2000) mendefinisikan dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang disekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Diamtteo (1991) mendefinisikan dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang lainnya.

Doi dan Thelen (1998) mendefinisikan dukungan sosial 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.

Gottlieb (dalam Smet, 1994) menyatakan dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang didapatkan karena kehadiran orang lain dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima. Sarafino (2006) menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada memberikan kenyamanan pada orang lain, merawatnya atau menghargainya.

Pendapat senada juga diungkapkan oleh Saroson (dalam Smet, 1994) yang menyatakan bahwa dukungan sosial adalah adanya transaksi interpersonal yang ditunjukkan dengan memberikan bantuan pada individu

lain, dimana bantuan itu umumnya diperoleh dari orang yang berarti bagi individu yang bersangkutan. Dukungan sosial dapat berupa pemberian informasi, bantuan tingkah laku, ataupun materi yang didapat dari hubungan sosial akrab yang dapat membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai.

Rook (dalam Smet, 1994) mendefinisikan dukungan sosial sebagai salah satu fungsi pertalian sosial yang menggambarkan tingkat dan kualitas umum dari hubungan interpersonal yang akan melindungi individu dari konsekuensi stres. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, timbul rasa percaya diri dan kompeten. Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa dicintai, dihargai dan menjadi bagian dari kelompok. Menurut Schwarzer dan Leppin (dalam Smet, 1994) dukungan sosial dapat dilihat sebagai fakta sosial atas dukungan yang sebenarnya terjadi atau diberikan oleh orang lain kepada individu (*perceived support*) dan sebagai kognisi individu yang mengacu pada persepsi terhadap dukungan yang diterima (*received support*).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial adalah dukungan atau bantuan yang berasal dari orang yang memiliki hubungan sosial akrab dengan individu yang menerima bantuan. Bentuk dukungan ini dapat berupa informasi, tingkah laku tertentu, ataupun materi yang dapat menjadikan individu yang menerima bantuan merasa disayangi, diperhatikan dan bernilai.

2. Komponen- Komponen dalam Dukungan Sosial

Para ahli berpendapat bahwa dukungan sosial dapat dibagi ke dalam berbagai komponen yang berbeda- beda. Misalnya menurut Weiss Cutrona (dalam Kuntjoro, 2002) mengemukakan adanya 6 komponen dukungan sosial dimana masing- masing komponen dapat berdiri sendiri-sendiri, namun satu sama lain saling berhubungan. Adapun komponen-komponen tersebut adalah :

a. Kelekatan emosional

Merupakan perasaan akan kedekatan emosional dan rasa aman. Jenis dukungan sosial semacam ini memungkinkan seseorang memperoleh kerekatan emosional sehingga menimbulkan rasa aman bagi yang menerima. Sumber dukungan sosial semacam ini yang paling sering dan umum adalah diperoleh dari pasangan hidup atau anggota keluarga atau teman dekat atau sanak saudara yang akrab dan memiliki hubungan yang harmonis.

b. Integrasi sosial

Merupakan perasaan menjadi bagian dari keluarga, tempat seseorang berada dan tempat saling berbagi minat dan aktivitas. Jenis dukungan sosial semacam ini memungkinkan seseorang untuk memperoleh perasaan memiliki suatu keluarga yang memungkinkannya untuk membagi minat, perhatian serta melakukan kegiatan yang sifatnya rekreatif atau secara bersamaan. Sumber dukungan semacam

ini memungkinkan mendapat rasa aman, nyaman serta memiliki dan dimiliki dalam kelompok.

c. Adanya pengakuan

Meliputi pengakuan akan kompetensi dan kemampuan seseorang dalam keluarga. Pada dukungan sosial jenis ini seseorang akan mendapat pengakuan atas kemampuan dan keahliannya serta mendapat penghargaan dari orang lain atau lembaga. Sumber dukungan semacam ini dapat berasal dari keluarga atau lembaga atau instansi atau perusahaan atau organisasi dimana seseorang bekerja.

d. Ketergantungan yang dapat diandalkan

Meliputi kepastian atau jaminan bahwa seseorang dapat mengharapkan keluarga untuk membantu semua keadaan. Dalam dukungan sosial jenis ini, seseorang akan mendapatkan dukungan sosial berupa jaminan bahwa ada orang yang dapat diandalkan bantuannya ketika seseorang membutuhkan bantuan tersebut. Jenis dukungan sosial ini pada umumnya berasal dari keluarga.

e. Bimbingan

Dukungan sosial jenis ini adalah adanya hubungan kerja ataupun hubungan sosial yang dapat memungkinkan seseorang mendapat informasi, saran, atau nasehat yang diperlukan dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang dihadapi.

f. Kesempatan untuk mengasuh

Suatu aspek penting dalam hubungan interpersonal akan perasaan yang dibutuhkan oleh orang lain. Jenis dukungan sosial ini memungkinkan seseorang untuk memperoleh perasaan bahwa orang lain tergantung padanya untuk memperoleh kesejahteraan. Sumber dukungan sosial ini adalah keturunan dan pasangan hidup.

D. Kerangka Berfikir

Intimasi sangat berperan penting dalam perkembangan hidup seseorang, intimasi juga dapat memberikan dampak positif pada kepribadian dan kesehatan setiap individu (Deschutner & Thelen, 1991). Jika individu dapat menjalin intimasi di dalam suatu hubungan, maka mereka akan merasakan *self esteem*, *self confidence* dan seseorang akan terhindar dari perasaan *isolation* dan gelisah. Khususnya untuk para dewasa awal, karena menurut Erikson pada periode ini mereka mulai belajar untuk menjalin ikatan intimasi pada tingkat yang lebih mendalam di dalam berbagai macam hubungan, begitu juga pada halnya menjalin hubungan romantis.

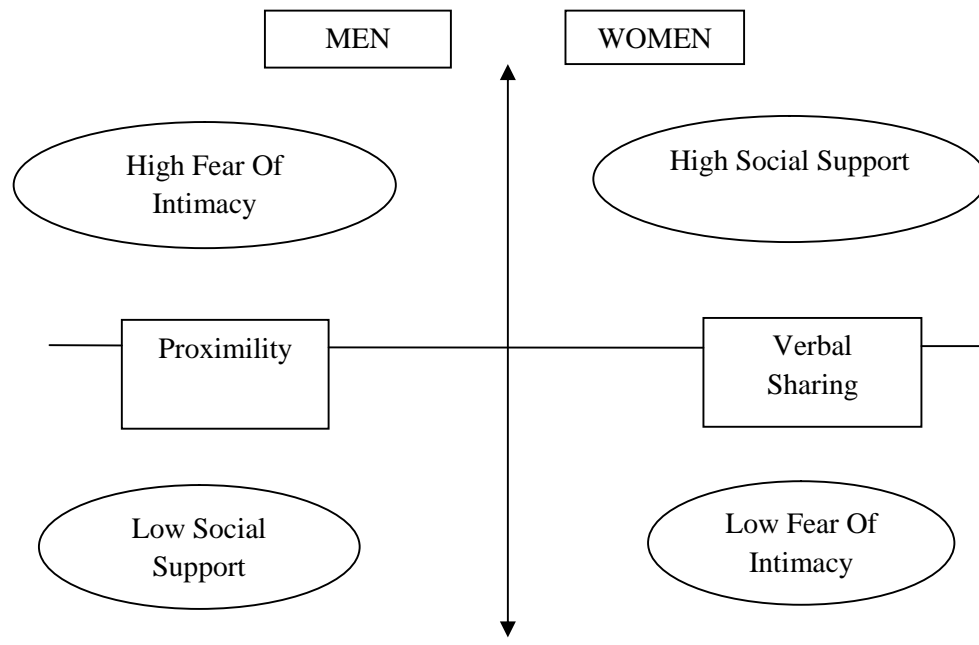
Penelitian Thelen, Vander, Jillon, Thomas dan Harmon (dalam Descutner dan Thelen, 1998) memperlihatkan bahwa ada perbedaan tingkat ketakutan di dalam menjalin intimasi yang dirasakan oleh lelaki dan perempuan. Hasil penelitian menyatakan bahwa tingkat ketakutan intimasi yang dialami oleh lelaki lebih tinggi dibandingkan perempuan dan hal ini disebabkan adanya perbedaan konsep mengenai intimasi yang dialami lelaki dan perempuan. Jika lelaki mendeskripsikan intimasi sebagai *physical*

proximity (kedekatan fisik) atau kontak fisik, maka perempuan mendefinisikan dan mengaplikasikan intimasi sebagai *verbal sharing* atau komunikasi (McAdams, 1998).

Komunikasi sangat vital peranannya dalam membangun kedekatan hubungan dan meningkatkan intimasi di dalam hubungan, maka perempuan cenderung mempunyai tingkat ketakutan intimasi yang lebih rendah dibandingkan lelaki. Berdasarkan hal ini, diketahui pula bahwa dukungan sosial juga berperan penting dalam melatih seseorang untuk menjalin intimasi. Jika dukungan sosial yang dimiliki seseorang cukup banyak, maka secara tidak langsung, seseorang akan terlatih dalam bersosialisasi dan berkomunikasi sehingga dapat membantu mengurangi ketakutannya dalam menjalin intimasi. Begitu juga sebaliknya, jika seseorang memiliki sedikit dukungan sosial maka akan menimbulkan ketakutan dalam menjalin intimasi (Descutner & Thelen, 1998).

Descutner dan Thelen (1998) selanjutnya menyatakan bahwa perempuan lebih banyak mempunyai dukungan sosial dibandingkan para lelaki, sehingga pada umumnya ketakutan untuk menjalin intimasi pada perempuan lebih rendah dibandingkan para lelaki. Hal ini terjadi karena perempuan mengartikan intimasi sebagai suatu proses membangun komunikasi, sehingga perempuan memiliki banyak relasi untuk saling berbagi mengenai perasaannya kepada orang lain (Descutner & Thelen, 1998). Untuk lebih membantu memahami dan menjelaskan mengenai permasalahan ini, maka dapat dilihat bagan dibawah ini:

Bagan 2.1 Dinamika hubungan antara tingkat ketakutan menjalin pada lelaki dan perempuan, *verbal sharing* dan *proximity* (Descutner & Thelen, 1998)



E. Hipotesis

Berdasarkan uraian pada kerangka berfikir, maka hipotesis peneliti dalam penelitian ini yaitu:

1. Ada hubungan antara dukungan sosial yang diperoleh seseorang dengan ketakutan menjalin intimasi dalam hubungan romantis
2. Jenis kelamin memoderasi hubungan antara dukungan sosial yang diperoleh seseorang dengan ketakutan menjalin intimasi dalam hubungan romantis