

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja dapat dipandang sebagai suatu masa dimana individu dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Individu pada masa remaja mulai meninggalkan kebiasaan masa kanak-kanak dan menyesuaikan diri dengan kebiasaan-kebiasaan orang dewasa. Remaja dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan yang baru yaitu mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya, mencapai peran sosial pria dan wanita, beradaptasi dengan perubahan fisik, mempersiapkan karir ekonomi dan pernikahan (Hurlock, 2002).

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 5 November 2014 yang dilakukan peneliti kepada (LL- 19 tahun) mahasiswa fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU mengatakan bahwa semenjak memasuki perkuliahan iya sangat sulit untuk bergaul dengan teman-temannya sehingga LL tidak memiliki sahabat atau teman yang akrab dengannya hal ini menyebabkan LL sering merasakan kesepian. Kesepian atau *loneliness* yang LL rasakan juga mungkin dikarenakan LL merupakan orang yang pemalu, tidak percaya diri dan takut untuk memulai sesuatu yang baru. Yang dikatakan oleh LL merupakan ciri-ciri orang yang memiliki *self esteem* yang rendah.

Remaja memiliki kebutuhan yang kuat akan keintiman namun belum memiliki keterampilan sosial yang baik atau kematangan hubungan untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Remaja mungkin merasa terisolasi dan berfikir

bahwa mereka tidak memiliki seorangpun yang dapat memberikan keintiman. Hal ini merupakan kondisi awal dari terjadinya bentuk-bentuk psikopatologi seperti depresi, stres, agresi, bunuh diri bahkan dapat memicu kedalam berbagai bentuk kecanduan seperti kecanduan narkoba, alkohol, internet dan judi yang awalnya dikarenakan remaja tersebut ingin melarikan diri dari rasa kesepian (*loneliness*) yang disebabkan dengan tidak memilikinya rasa keintiman tersebut (Lauer 2008).

Masa remaja adalah masa yang sangat rentan terhadap kesepian. 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* (Sears, 1994), memperlihatkan bahwa dari 40.000 individu, seringkali yang merasakan *loneliness* 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 *loneliness* yang paling tinggi sering muncul di masa remaja akhir dan masa muda (Cutrona, 1982).

Remaja seringkali mendiskripsikan *loneliness* yang dialami sebagai kekosongan, kebosanan, dan keterasingan. Remaja lebih sering merasa

loneliness ketika merasa ditolak, terasing dan tidak mampu memiliki peran dalam lingkungannya. *Loneliness* merupakan salah satu masalah psikologis yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan manusia. *Loneliness* bukan merupakan suatu gejala yang langka dan luar biasa. Individu dalam sebuah keramaian dapat mengalami kesepian karena merasa terasing, individu tersebut merasa tidak terpenuhi kebutuhan sosialnya meskipun dikelilingi oleh banyak orang. *Loneliness* merupakan salah satu masalah besar bagi remaja (Rizqa & Ratna 2007).

Banyak remaja yang merasakan *loneliness*, baik *loneliness* secara sosial dikarenakan tidak memiliki teman karena tidak bisa memiliki keintiman maupun emosional dimana remaja sering merasakan kehampaan ataupun kebosanan. Serta perasaan terisolasi dan perasaan tidak tergabung dalam satu kelompok pergaulan tertentu dimana remaja dapat berbagi dalam hal minat, kesulitan perhatian dan perasaan berada dalam satu komunitas tertentu dapat menimbulkan kesepian sosial (Sadarjoen, 2004).

Masa perubahan sosial ketika individu memasuki masa kuliah adalah masa dimana rasa *loneliness* dapat muncul, yang bisa disebabkan karena individu meninggalkan dunia tempat tinggal dan keluarga yang telah di kenalnya. Banyak mahasiswa baru yang merasa cemas akan bertemunya dengan orang-orang baru dan menciptakan kehidupan sosial yang baru (<http://books.google.co.id> tanggal 12 Maret 2015).

Mahasiswa merupakan usia yang beresiko tinggi dibanding tingkat usia lain dalam mengalami *loneliness* karena adanya peralihan usia anak-anak

menuju dewasa awal. Peralihan tugas perkembangan tersebut menyebabkan remaja tidak memiliki status yang jelas di masyarakat, bukan lagi sebagai anak-anak namun belum juga menjadi seorang dewasa. Status marginal remaja mengakibatkan adanya isolasi sosial yang membuat remaja seolah tidak memiliki tempat di masyarakat (Endang & Nailul, 2010).

Tingkat sosial ke perguruan tinggi adalah waktu dimana *loneliness* dapat terbentuk. Remaja tidak dapat membawa popularitas dan kedudukan sosialnya pada masa SMU ke dalam lingkungan kampus sehingga remaja dihadapkan pada tugas untuk membangun hubungan sosial yang sama sekali baru, terutama jika remaja memasuki kampus yang jauh dari tempat tinggal dan keluarga yang dikenalnya (Santrock, 2003).

Kesepian (*loneliness*) bukanlah sendirian (*being alone*). Sering seseorang yang hidup sendirian, tapi tidak merasa *loneliness*. Dan sebaliknya sering pula seseorang merasa *loneliness* ketika berada di tengah-tengah keramaian (Bachsin, 2009). Gierveld (1999) mendefinisikan *loneliness* sebagai kondisi isolasi sosial yang subyektif (*subjective social isolation*), dimana situasi yang dialami individu tersebut dirasa tidak menyenangkan dan tidak diragukan lagi terjadi kekurangan kualitas hubungan (*lack of quality of relationship*), serta jumlah (kuantitas) jalinan hubungan yang ada pada individu juga ditemukan lebih sedikit dari yang diharapkan dan diterima, serta situasi *intimacy* (keakraban) yang diharapkan juga tidak pernah terealisasi (Latifa, 2008).

Masa remaja akhir dikarakteristikan sebagai salah satu periode paling sunyi sepanjang masa hidup seseorang. Jika tidak terselesaikan, perasaan

loneliness tersebut akan menjadi penghambat dalam hubungan sosial karena berkembangnya rasa cemas dan menghindari orang lain. Pada masa remaja akhir ini hubungan dengan teman akan menjadi semakin penting daripada orang tua (Furhman & Buhrmester dalam Cobb, 2007).

Teman dapat meningkatkan perasaan bahagia dalam kehidupan dan menghilangkan perasaan *loneliness*. Mereka bahkan dapat membantu untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan. Mempunyai teman yang baik dapat membantu seseorang dalam melewati masa-masa sulit (www.mentalhealth.gov 20 November 2014). Dengan demikian salah satu hal yang dapat menyebabkan seseorang itu merasa *loneliness* di karena tidak memiliki teman.

Teman mempunyai arti sendiri pada setiap usia tidak terkecuali bagi remaja (Cobb, 2007). Riset telah membuktikan bahwa rata-rata remaja menghabiskan hampir sembilan jam setiap minggu hanya untuk berkumpul dengan teman-temannya. Persahabatan merupakan hal penting bagi remaja karena berbagai macam alasan. Savin-Williams dan Berndt (1990) mencatat bahwa remaja menyatakan bahwa mereka menikmati hubungan persahabatan mereka dengan teman-temannya lebih dari hubungan-hubungan lainnya.

Savin-Williams dan Berndt (1990) menyatakan sahabat memainkan peran utama dalam perkembangan adaptasi remaja. Penelitian terhadap hubungan persahabatan remaja tidak hanya terfokus apakah seseorang mempunyai teman ataupun tidak. Diasumsikan bahwa pengalaman positif atau negatif dalam

hubungan persahabatan tidak hanya berkaitan dengan kesejahteraan emosional, namun juga terhadap positif atau negatif kognisi sosial dan perilaku interaksi dengan orang lain. Tingginya kualitas persahabatan remaja dengan sahabatnya berkaitan dengan penyesuaian diri secara emosional yang lebih baik, tingginya kompetensi interpersonal, mempunyai kemampuan untuk mengatasi permasalahan, dan nilai akademik yang lebih baik. Berndt menyatakan bahwa kualitas persahabatan merupakan hal yang sangat penting dan kualitas persahabatan yang tinggi memberikan kontribusi yang positif terhadap proses perkembangan.

Sahabat bagi remaja dianggap sebagai orang kepercayaan yang penting, yang menolong remaja melewati berbagai situasi yang menjengkelkan seperti kesulitan dengan orang tua dan putus pada hubungan romantis dengan menyediakan dukungan emosi, nasehat, serta memberikan informasi. Sahabat juga memberikan perlindungan bagi remaja dari kemungkinan kejahatan. Menurut Hartup (1997), kualitas persahabatan adalah hubungan persahabatan yang memiliki aspek kualitatif pertemanan, dukungan dan konflik. Kualitas persahabatan ditentukan bagaimana suatu hubungan persahabatan berfungsi secara baik dan bagaimana pula seseorang dapat menyelesaikan dengan baik apapun konflik yang ada.

Menurut Erikson, hubungan psikososial remaja dengan individu lain yaitu dengan teman dan sahabat, juga berfungsi sebagai pembentukan identitas diri. Hubungan psikososial antar sesama remaja disebut dengan istilah persahabatan. Hartup (1997) mengartikan hubungan persahabatan memberi kemampuan

dalam keterampilan sosial, memberi informasi mengenai diri sendiri, orang lain, merupakan sumber penyelesaian masalah secara emosional dan kognitif, dan merupakan pelopor untuk hubungan berikutnya yang melibatkan hubungan timbal balik (*mutuality*) dan keakraban (*intimacy*).

Persahabatan adalah sesuatu yang multidimensi, yaitu dimana persahabatan itu terdiri dari persahabatan yang positif seperti perasaan aman, pertemanan, dukungan dan persahabatan yang negatif seperti konflik, dominansi permusuhan. Persahabatan yang positif dicirikan dengan hubungan remaja yang membangun dimana terdapat dukungan sosial yang baik dalam hubungannya seperti ketika menghadapi peristiwa tertekan atau stres dan adanya keahlian sosial yang diperoleh seperti kemampuan kerjasama dengan orang lain. Persahabatan yang positif akan memberi hasil pada prestasi akademik dan keterlibatan dalam kegiatan sekolah, sedangkan persahabatan yang negatif akan menimbulkan masalah perilaku. Masalah perilaku yang muncul pada remaja seperti terlibat dalam perkelahian, tawuran, penggunaan obat-obatan, seks bebas sampai pada kenakalan remaja,

Banyaknya macam-macam kebutuhan yang dibutuhkan dari remaja, salah satunya adalah kebutuhan akan adanya kemantapan *self esteem*. *Self esteem* yang bagus, yang antara lain timbul dari adanya tunjangan penghargaan dari orang-orang lain terhadap diri dan usaha-usahanya, akan dapat menjadikan remaja yang bersangkutan penuh rasa percaya diri, yang membuatnya cepat menjadi matang dan dewasa (Mappiare, 1982).

Rosenberg (1965) menyatakan bahwa *self esteem* merupakan sumber dari semua persepsi tingkah laku yang ditampilkan individu. *Self esteem* mempunyai pengaruh yang luas dan signifikan pada diri seseorang. Orang-orang dengan *self esteem* yang tinggi akan lebih bahagia dan efektif dalam memenuhi tuntutan lingkungan dari pada orang yang memiliki *self esteem* rendah.

Self esteem yang dimiliki oleh remaja juga menjadi faktor-faktor yang mempengaruhi *loneliness* (Brehm, dkk 2002). *Loneliness* berhubungan dengan *self esteem* yang rendah. 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 *loneliness*.

Coopersmith (1967), mengungkapkan bahwa *self esteem* terbentuk melalui pengalaman-pengalaman yang menyenangkan maupun kurang menyenangkan. Pengalaman-pengalaman itu selanjutnya menimbulkan perasaan positif maupun perasaan negatif terhadap diri individu. Perasaan-perasaan yang ada pada seseorang pada umumnya berkaitan dengan tiga hal yaitu pada saat ia menjadi anggota suatu kelompok tertentu, pada saat ia mengalami keberhasilan atau kegagalan, dan pada saat ia dihargai atau merasa tidak dihargai. Hal ini sesuai dengan apa yang dinyatakan oleh Horney (1950) bahwa *self esteem* seseorang ditentukan oleh banyaknya penghargaan yang diterima dari masyarakat lingkungan sekitarnya.

Remaja yang sedang dalam masa pertumbuhan dan perkembangan sangat membutuhkan *self esteem*, karena *self esteem* mencapai puncaknya pada masa

remaja. *Self esteem* remaja berkembang dan terbentuk dari interaksinya dengan orang lain, melalui penghargaan, penerimaan, dan respon sikap yang baik dari orang lain secara terus menerus (Handayani, 2006).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Antara Kualitas Persahabatan dan *Self Esteem* Dengan *Loneliness*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas rumusan masalah dari penelitian ini adalah ingin melihat “apakah ada hubungan antara Kualitas Persahabatan dan *Self Esteem* dengan *Loneliness*?”.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara Kualitas Persahabatan dan *Self Esteem* berpengaruh dengan *Loneliness*.

D. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa penelitian yang juga menggunakan variabel seperti yang di teliti diantaranya yang dilakukan oleh Purbantari dan Wahyuningsih (2009) dengan judul “Hubungan Antara Kualitas Persahabatan dengan Kesepian Remaja Akhir”. Dengan subjek batasan usia antara 18 – 24 tahun. Korelasi product moment dari pearson menunjukkan korelasi r sebesar -0,750 dengan nilai signifikansi ($p < 0,005$) yang artinya ada hubungan negatif yang

sangat signifikan antara kualitas persahabatan dengan kesepian remaja akhir. Semakin tinggi kualitas persahabatan, semakin rendah kesepian yang dialami oleh remaja akhir. Sebaliknya, semakin rendah kualitas persahabatan, semakin tinggi kesepian yang dialami oleh remaja akhir.

Penelitian sebelumnya juga telah dilakukan oleh Sabrino (2009) dengan judul “Hubungan Antara Harga Diri Dengan kesepian Pada PSK Wanita”. Dengan subjek PSK yang telah bekerja selama 1 tahun. Berusia 20 – 30 tahun, berjumlah 100 orang. Koefisien korelasi r sebesar $-0,226$ dengan nilai signifikan $0,012$ dengan ($p < 0,05$). Ini berarti ada hubungan negatif signifikan antara kesepian dengan harga diri pada PSK wanita. Hipotesis yang berbunyi ada relativitas kesepian dengan harga diri pada PSK wanita diterima. Ini berarti semakin tinggi kesepian yang dialami oleh PSK, semakin rendah harga diri yang mereka miliki. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah kesepian yang dialami oleh PSK, semakin tinggi harga diri yang mereka miliki.

Bednar, Kiley L juga melakukan penelitian dengan judul “*Loneliness and Self Esteem at Different Levels of The Self*” pada tahun 2000. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kesepian dan harga diri dalam masing-masing tingkat dari diri. Subjek penelitian adalah mahasiswa laki-laki dan perempuan dengan usia 18-21 tahun.

Adapun beberapa hal yang membedakan antara judul peneliti dengan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yakni subjek yang akan digunakan dan juga pendekatan serta tujuan dari penelitian. Penelitian yang akan dilakukan menekankan pada variabel Kualitas Persahabatan dan *Self Esteem*

dengan *Loneliness*. Dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana hubungan dari kedua variabel Independen (Kualitas Persahabatan dan *Self Esteem*) terhadap variabel Dependen (*Loneliness*).

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat ikut memperkaya wawasan dan teori-teori dari literatur yang sudah ada. Dapat memberi masukan bagi pengembangan ilmu psikologi serta memberikan sumbangan informasi bagi para remaja akhir khususnya mahasiswa, serta dapat diteliti lebih jauh dengan variabel tambahan oleh peneliti-peneliti dimasa mendatang.

2. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada para remaja akhir khususnya mahasiswa bahwa Kualitas Persahabatan dan *Self Esteem* perlu dimiliki dan dikembangkan dalam diri remaja akhir untuk menghindari perasaan maupun keadaan kesepian (*Loneliness*).