

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kesepian menjadi suatu fenomena yang sering dijumpai oleh setiap orang, dalam periode kehidupan tertentu (Asghar & Iqbal, 2019). Dilansir dari *Psychology Today* (2018), penyebaran kesepian meningkat 2 kali lipat dalam 50 tahun terakhir di Amerika Serikat karena tingginya sikap individualistis yang tertanam dalam budaya barat, sehingga menyebabkan rendahnya kemampuan sosial individu, dan kurangnya relasi berkualitas. Hal ini juga terjadi di Indonesia, khususnya di kota-kota besar, dengan penduduk yang cenderung bersikap individualistis, karena pesatnya kemajuan kota, seperti Jakarta dan Tangerang. Penelitian sebelumnya melihat bahwa penduduk kota besar, terutama Jakarta sebagai ibukota Indonesia, memiliki sikap yang memiliki kecenderungan sikap individualistis yang tinggi, cenderung mengutamakan kepentingan pribadi dan mengesampingkan kepentingan orang lain, sehingga menyebabkan banyaknya orang yang mengalami kesepian (Saputri, Rahman, & Kurniadewi, 2012). Kesepian disebabkan karena kebutuhan natur manusia sebagai makhluk sosial yang tidak terpenuhi, seperti membangun interaksi dan komunikasi yang berkualitas dengan orang lain, serta kurangnya dukungan sosial dari orang-orang di sekitar mereka (Rokach & Philibert, 2015).

Kesepian sendiri didefinisikan sebagai suatu perasaan yang tidak menyenangkan karena adanya kesenjangan, baik secara kuantitas ataupun kualitas, antara relasi sosial yang ia inginkan dengan relasi sosial yang saat ini ia miliki (Perlman

& Peplau, dalam Pittman & Reich, 2016). Kesenian yang dialami seseorang berkaitan dengan beberapa aspek negatif, seperti merasa jenuh, lelah, suasana hati yang tidak baik, serta kepuasan yang rendah dalam relasi sosial individu (Russel, Peplau, & Cutrona, 1980). Kesenian yang menimpa seseorang bukan disebabkan karena individu secara fisik berada seorang diri, namun karena adanya aspek sosial yang ia dambakan dan harapkan yang pada kenyataannya tidak dapat terpenuhi (Matthews et al., 2016). Misalnya, individu yang memiliki jaringan sosial yang kecil namun intim ditemukan lebih tidak kesenian, dibandingkan dengan individu yang memiliki jaringan sosial yang luas, namun tidak intim (Mellor, Stokes, Firth, Hayashi, & Cummins, 2008).

Dulu, kesenian lebih cocok disematkan pada usia lanjut usia, namun sekarang kesenian sudah marak menimpa kaum muda, khususnya kaum dewasa muda. Dilansir dari Kumparan.com (2018), usia 20 tahun ke atas merupakan usia dimana kesenian memuncak, karena banyaknya keputusan besar yang harus mereka ambil, seperti karir, percintaan, dan urusan keluarga. Dipetik pula dari Republika.co.id (2018) dan *Jo Cox Loneliness Commission* (2017), usia 20 hingga 30 tahun ke atas merupakan usia dimana kesenian marak terjadi. Generasi dewasa muda dipandang sebagai usia yang paling rentan untuk mengalami kesenian dan merupakan usia dimana mereka sangat membutuhkan intervensi terkait kesenian (Barreto et al., dalam Hawkey, Buecker, Kaiser, & Luhmann, 2020; Creemers, Scholte, Enges, Prinstein, & Wiers, 2012; Matthews et al., dalam Asghar & Iqbal, 2019).

Perkembangan kecanggihan teknologi menjadi penyebab lain maraknya kesenian di usia dewasa muda. Kecanggihan teknologi menyodorkan kepraktisan

media komunikasi, sehingga individu, khususnya individu dewasa muda berkomunikasi hanya melalui media sosial, tanpa harus berjumpa langsung, sehingga kesepian pun semakin marak terjadi (Pittman & Reich, 2016). Hal ini menyebabkan permasalahan terhadap kesejahteraan individu dan membuat individu pada era ini rentan untuk mengalami kesepian (Pittman & Reich, 2016). Bahkan, para peneliti melihat kesepian ini sebagai suatu hal yang berpotensi untuk menjadi pandemi di tengah-tengah individu, setara dengan obesitas dan penggunaan obat-obat terlarang (Worland, dalam Pittman & Reich, 2016).

Tingginya peluang seorang dewasa muda untuk mengalami kesepian juga disebabkan karena mereka sedang berada dalam tahapan kehidupan dimana mereka mengalami banyak perubahan dan dituntut untuk membuat keputusan yang besar dan bersifat jangka panjang (Creemers, Scholte, Enges, Prinstein, & Wiers, 2012). Individu dewasa muda harus melewati berbagai tantangan kehidupan, seperti tantangan dalam mencari pekerjaan, lepas dari orangtua dan hidup mandiri, serta tantangan dalam membangun relasi intim dengan orang lain dan membangun keluarga, sehingga menyebabkan individu dewasa muda rentan terpapar kesepian (Domagala-Krecioch & Majerek, 2013). Ditambah lagi, individu dewasa muda dipandang sebagai individu yang lahir di suatu budaya yang cenderung materialistik, sehingga karir menjadi suatu hal yang penting bagi mereka (Twenge, Campbell, & Freeman, 2012). Dibutuhkan dukungan sosial yang memadai guna mencapai tujuan dan memenuhi tantangan yang ada. Kurangnya dukungan sosial yang mereka miliki dalam melewati tantangan kehidupan tersebut, dapat menuntun mereka kepada perasaan kesepian yang berlebih

(Uruk & Demir, dalam Vanhalst, Luyckx, Teppers, & Goossens, 2012). Rentannya individu dewasa muda untuk mengalami kesepian juga disebabkan karena tingginya kebutuhan mereka dalam membangun relasi intim, merasa dimiliki, serta memiliki koneksi sosial dengan orang lain (Baumeister & Leary, dalam Chang et al., 2017). Hal ini memicu individu dewasa muda menjadi lebih sensitif terhadap masalah kesenjangan antara relasi intim yang mereka inginkan dengan relasi intim saat ini (Chang et al., 2017).

Kegagalan mereka dalam memperoleh pasangan romantis menjadi faktor yang krusial bagi mereka untuk mengalami kesepian itu sendiri (Rokach & Brock, dalam Adamczyk, 2016). Hal ini sesuai dengan teori perkembangan psikososial Erikson pada tahapan dewasa awal, yaitu *intimacy versus isolation* (Rosenthal, Gurney, & Moore, 1981). Pada tahapan ini, individu dewasa muda mulai membentuk suatu relasi yang intim dan berkomitmen terhadap pihak lain di luar keluarganya (McLeod, 2013). Mereka mulai memiliki kebutuhan untuk memiliki pasangan dan memiliki ekspektasi untuk memiliki peran baru sebagai pasangan, serta menciptakan suatu hubungan yang stabil (Lodi-Smith & Roberts, dalam Adamczyk, 2016). Ketika individu berhasil dalam tahapan ini, maka individu dewasa muda akan mencapai tujuan daripada tahapan ini, yaitu “*love*”. Mereka dapat meleburkan diri mereka dengan orang lain dalam suatu relasi intim yang berkomitmen, perhatian, dan merasa aman dalam hubungannya (Erikson, dalam Papalia, Olds, & Felman, 2007). Sementara itu, kegagalan mereka dalam mendapatkan afeksi tersebut, akan membuat mereka terlarut dalam perasaan kesepian yang berlebihan (Santrock, 2007). Melihat hal itu, kebutuhan untuk membina

suatu relasi romantis dengan orang lain dibutuhkan oleh individu dewasa muda untuk meminimalisir peluang mereka untuk mengalami kesepian, dan memenuhi tugas perkembangan mereka (Erikson, dalam Soons & Liefbroer, 2008).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa relasi romantis dengan orang lain memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan seorang individu (Kansky, 2018). Dalam penelitian komparatif sebelumnya, ditemukan bahwa individu dewasa muda *single* memiliki tingkat kesepian yang paling tinggi, jika dibandingkan dengan individu yang sudah memiliki pasangan (DeJong-Gierveld & Raadschelden, dalam West, Kellner, dan Moore-West, 1986; Ayalon et al., dalam Adamczyk, 2016). Hal ini disebabkan karena relasi romantis dan intim dengan orang lain, dibina dengan lebih mendalam dan lebih bermakna (Moss & Schwebel, dalam Kansky, 2018). Relasi romantis yang mereka bina juga dapat membantu mereka untuk mendapatkan dukungan sosial dari pasangan mereka, serta memiliki seseorang yang berarti yang memampukan mereka untuk membina komunikasi terbuka, sehingga membantu mereka untuk meminimalisir kesepian pada tahapan dewasa muda (Adamczyk & Segrin, 2015). Pasalnya, merasa dimiliki oleh orang lain dilaporkan dapat menghambat meluapnya perasaan kesepian dan menghambat terjadinya gejala depresif pada individu dewasa muda (Tikkainen & Heikkinen, dalam Rokach, 2015).

Kegagalan individu dalam melaksanakan tugas perkembangan akan mengakibatkan individu mengarah kepada *isolation*, kesepian, dan bahkan depresi (McLeod, 2013; Santrock, 2007). Penelitian sebelumnya menemukan bahwa individu dewasa muda berusia 20-30 tahun yang belum memiliki pasangan ditemukan memiliki

tingkat kesepian yang tinggi, dibandingkan mereka yang sudah memiliki pasangan (Adamczyk & Segrin, 2015; Soni, Shah, Shah, & Dalal, 2018). Penelitian sebelumnya juga turut memperkuat hasil penelitian ini, dengan menemukan fakta bahwa individu yang belum memiliki pasangan, bercerai, serta janda/duda, memiliki tingkat kesepian yang tinggi (Pinquart, 2003). Peralnya, peran seorang pasangan tidak dapat digantikan oleh lingkungan sosial ataupun keluarga (Adamczyk & Segrin, 2015).

Hal ini menjadi suatu masalah yang krusial bagi individu dewasa muda yang *single* atau belum memiliki pasangan romantis, ataupun menikah. Individu yang gagal dalam membangun keintiman dengan orang lain, akan mengarah kepada isolasi, menghindari kontak sosial dengan orang lain, dan menolak hubungan sosial dengan orang lain, karena mereka takut bahwa keintiman yang dibangun dengan orang lain akan menjadi ancaman bagi identitas ego mereka (Erikson, dalam Schultz & Schultz, 2005). Faktanya, populasi *single* di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya (Beritagar, 2019). Dilansir dari Tempo.co (2015), populasi *single* berusia 18-40 tahun terus mengalami peningkatan, hingga mencapai 52 juta orang. Adapun beberapa alasan yang menyebabkan mereka memilih untuk tetap *single* disebabkan karena tidak menemukan orang yang tepat, sulit dalam membina hubungan, ketakutan yang besar akan sebuah komitmen, sibuk akan pekerjaan mereka, pilihan mereka, serta adanya persepsi yang buruk terhadap diri sendiri (Adamczyk, 2016). Hal ini dapat mendatangkan hambatan dalam perkembangan individu dewasa muda, merasa kesepian, serta penurunan pada aspek fisik dan psikis seseorang (Rook, dalam Asghar & Iqbal, 2019).

Jika dilihat dari ranah fisik, kesepian dapat meningkatkan risiko seseorang untuk mengalami serangan jantung, memengaruhi sistem kekebalan tubuh seseorang, memicu hormon kortisol atau hormon *stress*, bahkan kematian dini (Nerviano & Gross, dalam Asghar & Iqbal, 2019). Bahkan, penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa kesepian yang melanda seseorang jauh lebih berbahaya daripada efek merokok (Derbyshire; Starvynski & Boyer, dalam Asghar & Iqbal, 2019). Hal ini mengindikasikan bahwa kesepian merupakan suatu perasaan yang terlihat sederhana dan umum, namun mendatangkan akibat yang fatal.

Jika dilihat dari ranah psikis, kesepian memicu dewasa muda untuk mengalami masalah internal, seperti depresi (Flemming & Offor, dalam Creemers, Scholte, Enges, Prinstein, & Wiers, 2012), dan bahkan pemikiran untuk bunuh diri (Fergusson et al., dalam Creemers, Scholte, Enges, Prinstein, & Wiers, 2012). Hal ini terjadi karena adanya peralihan kebutuhan sosial dari kebutuhan relasi pertemanan menjadi kebutuhan relasi romantis dalam kehidupan seseorang (Matthews et al., dalam Asghar & Iqbal, 2019). Kegagalan individu dalam menciptakan relasi intim dengan orang lain membuat mereka rentan terpapar kesepian dan merasa bahwa dirinya tidak diinginkan dan tidak dimiliki oleh siapapun, sehingga memicu terjadinya depresi (Baskin, Wampold, Quintana, & Enright, dalam Erzen, E., & Çikrikci, 2018).

Sayangnya, banyak individu yang masih menutup diri untuk mengungkapkan perasaan kesepian yang dirasakan, sehingga berujung depresi, dan bahkan bunuh diri (Ashgar & Iqbal, 2019). Dapat dilihat dari penelitian terdahulu yang menemukan bahwa 47% mahasiswa/i yang pernah berpikiran untuk mengakhiri hidupnya,

seringkali diakari oleh rasa kesepian, dan perasaan malu yang mencengkeram diri mereka untuk menceritakan kepada orang-orang terdekat, sehingga berujung kepada depresi (Westefeld & Furr, dalam Chang et al., 2017). Hal ini disebabkan karena kesepian memiliki stigma yang negatif dan dianggap sebagai masalah kecil, sehingga kebanyakan orang menutup diri dan berusaha untuk menyelesaikannya secara mandiri dan tidak mencari bantuan dari pihak lain (Asghar & Iqbal, 2019). Padahal, intervensi atau penanganan lebih lanjut sangat dibutuhkan untuk meminimalisir maraknya kesepian ini. Intervensi atau penanganan lebih lanjut akan berlangsung dengan efektif dengan mengetahui akar permasalahan kesepian itu sendiri.

Menurut Lopes, Brackett, Nezlek, Schultz, Sellin, dan Salovey (2004) salah satu intervensi yang efektif adalah memproses informasi dan mengatur dinamika emosi mereka sendiri untuk membentuk suatu relasi yang baik dengan orang lain. Intervensi ini dinilai cukup efektif, karena secara keseluruhan, kesepian diakari oleh permasalahan relasi interpersonal individu dengan orang lain. Dalam mengatur dinamika emosi mereka, dibutuhkan kecerdasan emosional yang baik. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Trentacosta dan Fine (dalam Davis, Nowland, & Qualter, 2019) menemukan bahwa tingginya kecerdasan emosional seseorang akan memampukan mereka untuk mengidentifikasi dan menyadari emosi yang sedang mereka dan orang lain rasakan, mengarahkan mereka untuk membentuk suatu hubungan sosial yang baik, serta memampukan mereka untuk memiliki kemampuan interpersonal yang baik.

Pada dasarnya, individu yang mengalami kesepian akan berusaha untuk mencari jalan keluar dari perasaan negatif tersebut, karena kesepian dinilai sebagai suatu keadaan yang adaptif (Cacioppo & Hawkley, dalam Wols, Scholte, & Qualter, 2015). Dalam upaya untuk mencari jalan keluar, individu harus memahami korelasi, penyebab, serta indikator dari perasaan kesepian itu sendiri, atau dengan kata lain membutuhkan kecerdasan emosional individu yang tinggi (Zysberg, 2012). Keberhasilan individu dalam menangani kesepian membutuhkan kemampuan mereka untuk mempersepsikan serta mengatur emosi negatif yang mereka rasakan sebagai akibat dari perasaan kesepian yang melanda diri mereka (Cacioppo & Patrick, dalam Wols, Scholte, & Qualter 2015). Individu yang gagal dalam mengidentifikasi serta memahami perasaan dan emosi yang mereka rasakan, membuat mereka gagal menyelami perasaan kesepian mereka, sehingga mereka tidak memiliki alternatif pemecahan masalah untuk kembali membangun relasi sosial mereka, yang berujung pada rasa kesepian yang terus berangsur (Wols, Scholte, & Qualter 2015).

Beberapa aspek penting yang harus dimiliki dewasa muda untuk membentuk suatu relasi intim dengan orang lain dan pasangan romantis, di antaranya adalah *self-awareness* (kesadaran diri), *empathy* (empati), *ability to communicate emotions* (kemampuan untuk mengkomunikasikan emosi), dan *ability to sustain commitments* (kemampuan untuk menunjang komitmen) (Lambeth & Hallett, dalam Papalia, Olds, & Feldman, 2007). Beberapa aspek tersebut merupakan aspek yang termasuk dalam konstruk kecerdasan emosional. Individu dengan kecerdasan emosional yang baik memiliki keinginan lebih untuk mencari dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya,

sehingga memungkinkan mereka untuk keluar dari kesepian yang mereka alami (Rius-Ottenheim, Kromhout, van der Mast, Geleijnse, & Giltay, 2012). Beberapa peneliti melihat adanya kaitan dan urgensi yang baik untuk menghubungkan kesepian dengan psikis individu yang positif, khususnya kecerdasan emosional, karena hingga saat ini penelitian tentang hubungan kesepian dengan kecerdasan emosional sangat langka (Zysberg, 2012). Padahal, hubungan antara kesepian dan kecerdasan emosional ini dapat mendatangkan pengetahuan baru tentang penyebab kesepian sendiri, mengidentifikasi individu yang berisiko terpapar kesepian, serta menyediakan sumber intervensi bagi individu yang mengalami kesepian (Zysberg, 2012).

Kecerdasan emosional sendiri sudah menarik perhatian banyak peneliti, karena dipandang sebagai suatu konstruk yang mendatangkan banyak aspek positif dalam kehidupan seseorang, seperti meningkatnya kepuasan hidup (Brackett, Palomera, Mojsa-Kaja, Reyes, & Salovey, dalam Katanani & Mas'oud, 2017), meningkatnya kesehatan fisik dan psikis seseorang (Tsaousis & Nikolaou, dalam Katanani & Mas'oud, 2017), serta memungkinkan seseorang untuk bertahan dalam keadaan yang sulit (Katanani & Mas'oud, 2017). Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik ditemukan lebih kuat untuk bertahan dalam keadaan yang sulit, dapat membantu individu melawan rasa kesepiannya, sehingga mencegah terjadinya efek lebih lanjut, seperti depresi, ataupun pemikiran untuk bunuh diri (Hosseinalhashemi, 2016).

Kecerdasan emosional sendiri didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam mengenali, memahami, serta mengelola emosinya sendiri dan orang lain, yang dapat menjadi landasan bagi mereka untuk membina hubungan sosial dengan orang

lain, memiliki motivasi diri yang baik, mampu untuk mengendalikan emosinya sendiri, serta menuntun mereka untuk mencapai tujuan yang sudah mereka tetapkan (Goleman, 2004). Kecerdasan emosional juga dipandang sebagai kemampuan seseorang untuk memahami diri sendiri dan lingkungan sekitarnya, menunjukkan kemampuan dalam membina hubungan yang baik dengan orang lain (Goleman, 2004). Goleman (1998) membagi kecerdasan emosional ke dalam lima aspek, dalam dua aspek, yaitu aspek *personal (self-awareness, self-regulation, & self motivation)*, dan aspek sosial (*social awareness / empathy & social skills*).

Beberapa penelitian sebelumnya sudah melihat adanya kaitan antara aspek kecerdasan emosional seseorang yang dapat memprediksi potensi kesepian dalam diri seseorang (Palmer et al., dalam Zhao, Gao, dan Wang, 2019). Dalam peneliti terdahulu, didapati bahwa seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan mengalami tingkat kesepian yang lebih rendah (Zou, 2014). Hal ini disebabkan karena perasaan kesepian memiliki beberapa konsep yang berhubungan dengan aspek dari kecerdasan emosional seseorang, seperti *self-esteem*, kecemasan, kemampuan sosialisasi, optimisme, dan mencari dukungan sosial (Pinquart & Sorenson, dalam Zysberg, 2012). Hal tersebut dapat dilihat dari kemampuan regulasi emosi yang mereka miliki, yang berkaitan erat dengan kepuasan dukungan sosial dari orang lain (Ciarrochi et al., dalam Wols, Scholte, & Qualter, 2015), dan dari orangtua (Lopes et al., dalam Wols, Scholte, & Qualter, 2015). Tingginya kecerdasan emosional yang dimiliki individu juga memungkinkan individu untuk membina hubungan yang berkualitas

dengan teman mereka dan lawan jenis (Lopes et al., dalam Wols, Scholte, & Qualter, 2015).

Kecerdasan emosional juga seringkali dikaitkan dengan kepuasan seseorang dalam membina hubungan sosialnya dengan orang lain (Lopes, Salovey, & Straus, dalam Zysberg, 2012), serta menentukan kepuasan dan kesukaran yang dialami seseorang melalui hubungan sosial yang mereka miliki (Gannon & Ranzijn, dalam Zysberg, 2012). Orang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi cenderung memiliki kebutuhan sosial yang terpenuhi, sehingga cenderung tidak merasakan kesepian. Hal itu ditunjukkan dengan fakta bahwa orang yang memiliki kecerdasan emosional yang lebih tinggi cenderung untuk merasa bahwa dirinya memiliki dukungan sosial yang banyak, sehingga mereka dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung tidak merasakan kesepian (Montes-Berges & Augusto, dalam Zou, 2014). Secara keseluruhan, aspek-aspek dalam kecerdasan emosional berhubungan secara negatif dengan kemampuan membina relasi sosial yang dimiliki individu, sehingga mengarah kepada kesepian (Lopes et al., dalam Wols, Scholte, Qualter, 2015). Dengan kata lain, dapat disimpulkan bahwa tinggi atau rendahnya kecerdasan emosional yang dimiliki seseorang dapat memengaruhi peluang individu untuk merasakan kesepian dalam kehidupannya (Zammuner, 2008).

Menariknya, kecerdasan emosional ini dapat berkembang seiring bertambahnya usia dan dapat dipelajari seumur hidup melalui pengalaman-pengalaman kehidupan kita (Freshman & Rubino, dalam Reeves, 2005), sehingga dapat mendatangkan pencerahan baru bagi individu dan institusi kesehatan mental untuk

mengembangkan kecerdasan emosional seseorang, guna meminimalisir terjadinya kesepian dan sebagai sumber intervensi bagi kesepian itu sendiri. Beberapa penelitian sebelumnya melihat bahwa kecerdasan emosional berhubungan secara negatif dengan kesepian (Zysberg, 2012). Namun, adapula peneliti yang masih belum mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional itu sendiri dengan kesepian (Zou, 2014). Hal ini menarik perhatian peneliti untuk meneliti lebih dalam hubungan antara kecerdasan emosional dan kesepian yang dialami individu dewasa muda *single*.

Berdasarkan variasi hasil penelitian dan fenomena kesepian yang marak di sekitar kita, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut hubungan antara kecerdasan emosional dan kesepian dewasa muda *single*. Data statistik populasi kesepian di Indonesia juga masih jarang ditemukan, sehingga dapat dilihat bahwa kesepian ini masih kurang diperhatikan dan perlu ditelaah lebih dalam. Peneliti memilih dewasa muda yang *single* sebagai partisipan, karena penelitian sebelumnya lebih banyak mengangkat individu lansia, remaja, dan dewasa muda secara umum sebagai partisipan dalam penelitian mereka. Hasil penelitian sebelumnya menemukan bahwa dewasa muda yang *single*, memiliki tingkat kesepian yang paling tinggi (Pinquart, 2003 ; Soni, Shah, Shah, Dalal, 2018), sehingga peneliti tertarik untuk mengerucutkan dan memperkaya penelitian pada dewasa muda *single*, serta menghubungkan penelitian kesepian pada konstruk kecerdasan emosional. Lebih lanjut, penelitian mengenai hubungan kesepian dan kecerdasan emosional masih langka ditemukan. Padahal, kecerdasan emosional memiliki kaitan dengan kesepian, serta dapat menyediakan sumber “perlindungan” bagi seseorang untuk tidak mengalami kesepian (Zysberg,

2015). Berdasarkan serangkaian alasan di atas, peneliti tertarik untuk menelaah penelitian ini lebih dalam.

1.2. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dan kesepian pada dewasa muda *single* ?”

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan oleh peneliti, maka tujuan daripada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan kesepian pada dewasa muda *single*.

1.4. Manfaat Penelitian

Peneliti menyusun manfaat dari penelitian ini menjadi dua, yaitu :

1.4.1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, peneliti berharap agar penelitian ini dapat bermanfaat sebagai :

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan arahan dalam memperkaya pengetahuan dalam ranah Psikologi Perkembangan dan Psikologi Sosial, terutama pada teori-teori mengenai kecerdasan emosional dan kesepian pada dewasa muda *single*.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian berikutnya yang turut membahas mengenai kecerdasan emosional dan kesepian.

3. Penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan kedua variabel psikologi dari fenomena yang ada.

1.4.2. Manfaat Praktis

Secara praktis, peneliti berharap agar penelitian ini dapat bermanfaat sebagai :

1. Penelitian ini diharapkan dapat menyediakan informasi tentang hubungan kecerdasan emosional dan kesepian pada dewasa muda *single*.
2. Penelitian ini diharapkan dapat membantu pembaca untuk memahami aspek-aspek kecerdasan emosional yang ada untuk menanggulangi dan menghindari terjadinya kesepian pada diri mereka.

