

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Sejak tahun 2014, terdapat salah satu *fanpage* Facebook yang bernama Dewan Kesepian Jakarta (DKJ) yang berisikan parodi lucu guna menghibur pengguna media sosial (“Dari Lawakan Tentang Jomblo dan Mantan, Lahirlah Dewan Kesepian Jakarta”, 2014). Laman ini memuat banyak hal terkait status lajang, termasuk lika-liku didalamnya. Hal ini dikarenakan status lajang (*single*) seringkali dikaitkan dengan kesalahan oleh tatanan budaya dan sosial di Indonesia (Franciska, 2016). Peneliti yang bernama Himawan pada tahun 2018 ketika diwawancara oleh *Kompas.com* di Brisbane, Australia mendukung pernyataan diatas dimana beliau menyatakan bahwa publik kerap kali menilai individu yang *single* sebagai suatu masalah. Bahkan 9 dari 10 individu yang *single* merasa mendapat tekanan dari keluarga dan teman (“Single In Indonesia are Considered In Trouble and Under Social Pressure: Study”, 2018).

Di Indonesia, mayoritas perempuan dan laki-laki menikah pada rentang usia 24-27 tahun. Jikalau individu belum menikah, akan timbul stigma negatif (Priherdityo & Anuraga, 2016) seperti terlalu selektif dalam memilih pasangan (Himawan, Bambling, & Edirippulige, 2017), kerap kali dianggap berbeda, hingga memiliki masalah dalam hubungan intim (Reynolds & Wetherell, dalam Septiana & Syafiq, 2013). Terlebih memiliki pasangan dan berumah tangga merupakan suatu hal yang dihargai kelompok masyarakat (Septiana & Syafiq,

2013). Dapat disimpulkan bahwa dewasa muda yang *single* kerap kali mendapat tekanan dari lingkup sosial serta stigma negatif dari masyarakat.

Tekanan maupun stigma negatif dari lingkungan dapat mempengaruhi psikologis individu, terutama dalam tahapan dewasa muda, individu telah memiliki tekanan tersendiri untuk dapat membangun hubungan *interpersonal* yang intim dengan orang lain (Hurlock dalam Huda, 2012). Hal ini serupa dengan yang dijelaskan oleh Erikson (dalam Papalia & Martorell, 2014), bahwa dewasa muda merupakan individu dengan rentang usia 20-40 tahun dan tengah berada dalam tahapan psikososial *intimacy vs. isolation*. Pada tahapan ini, individu berjuang untuk membangun relasi intim dengan orang lain, seperti pasangan karena *virtue* pada tahapan ini adalah *love* (hubungan yang dalam dan berarti).

*Intimacy* merupakan salah satu aspek yang esensial dalam membangun relasi intim. Hal ini akan menjadi masalah ketika individu kesulitan atau tidak mampu membangun *intimacy*-nya. Reis dan Shaver (dalam Laurenceau, Barrett, & Pietromonaco, 1998) menjelaskan bahwa *intimacy* adalah hasil dari proses *interpersonal* yang bersifat dinamis yaitu individu mampu membagikan pikiran, perasaan, maupun informasi personalnya kepada seseorang dan mengartikan respon yang diterima sebagai bentuk kepedulian dan pengertian. Dengan kata lain, *intimacy* dapat membuat individu memiliki perasaan akan kedekatan yang intim dengan orang lain (Perlman & Fehr, dalam Laurenceau, Barrett, & Pietromonaco, 1998).

Namun terdapat individu yang kesulitan hingga tidak mampu membangun *intimacy*-nya. Individu yang memiliki kesulitan dalam membangun *intimacy* mungkin memiliki kecemasan dalam *intimacy* atau dikenal sebagai *fear of*

*intimacy* (Descutner & Thelen, 1991). Descutner dan Thelen (1991) menjelaskan bahwa *fear of intimacy* merupakan ketidakmampuan individu untuk mengembangkan dan/atau mempertahankan hubungan yang intim dengan seseorang, ditandai dengan ketidakmampuan/ketidaknyamanan individu dalam membagikan pemikiran maupun perasaannya yang mendalam kepada *significant person*. Dengan kata lain, individu dengan *fear of intimacy* memiliki kecemasan dalam relasi yang dalam dengan orang lain, dan dapat dirasakan dalam berbagai situasi intim dan dengan berbagai pasangan (*fear of intimacy* sebagai *trait*) (Sherman & Thelen, 1996).

Doi dan Thelen (dalam Sherman & Thelen, 1998) menjelaskan individu dengan *fear of intimacy* yang tinggi, memiliki kenyamanan akan kedekatan (*comfort with closeness*) yang minim. Bahkan Descutner dan Thelen (1991) menyatakan bahwa salah satu dampak dari *fear of intimacy* yang tinggi adalah individu merasa kurang nyaman berdekatan dengan orang lain dan cenderung merasa dirinya tidak mudah didekati. Terlebih individu memiliki kemauan yang sedikit untuk membuka diri terhadap orang lain. Hal-hal yang telah disebutkan diatas mungkin dapat mengganggu/menghambat individu dalam lingkup sosial, secara khusus dalam berelasi. Terlebih, kurangnya relasi sosial yang dimiliki individu dapat membuat individu merasa kesepian (DiTommaso, Brannen, & Best, 2004).

Russel, Peplau, dan Cutrona (1980) menjelaskan bahwa kesepian dilihat sebagai suatu kesatuan perasaan negatif yang timbul dikarenakan adanya kesenjangan hubungan sosial yang diharapkan individu, baik secara kuantitas dan kualitas. Seiring perkembangan waktu, kesepian dilihat sebagai suatu kondisi

yang bisa hadir secara berbeda dalam kondisi yang berbeda. Weiss (dalam DiTommaso & Spinner, 1997) menjelaskan kesepian sebagai suatu pengalaman multidimensional yaitu *social loneliness*, ketika individu kurang atau tidak terintegrasi secara sosial, seperti dalam lingkup pertemanan maupun lingkup pekerjaan, dan *emotional loneliness* yaitu kurangnya individu dalam memiliki keterikatan dalam relasi yang dekat atau intim dengan figur *attachment*.

DiTommaso, Brannen, dan Best (2004) menyatakan bahwa individu dengan *social and emotional loneliness* yang tinggi cenderung terasosiasi dengan cara *coping* yang kurang efektif (*emotion-focused coping*) ketika berhadapan dengan situasi stres. Terlebih, Rotenberg (dalam DiTommaso, Brannen, & Best, 2004) menyatakan bahwa individu dengan *social and emotional loneliness* yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan antar individu yang rendah.

Sejauh ini, peneliti belum melihat adanya penelitian yang meneliti hubungan *social and emotional loneliness* dan *fear of intimacy* pada dewasa muda yang *single*. Penelitian sebelumnya seringkali menghubungkan *social and emotional loneliness* dengan kepuasan hidup (Salimi, 2011), persepsi dukungan sosial yang diterima (Salimi & Bozorgpour, 2012), kepercayaan antar individu (Rotenberg & Vaux, dalam DiTommaso, Brannen, & Best, 2004), dan keterampilan sosial (DiTommaso, Brannen, & Best, 2004). Sedangkan *fear of intimacy*, seringkali dihubungkan dengan keinginan sosial, keterbukaan diri, dan kesepian berdasarkan skala UCLA (Descutner & Thelen, 1991). Descutner dan Thelen (1991) juga memaparkan penelitian bahwa individu yang lajang (*single*) lebih memiliki *fear of intimacy* yang tinggi dibanding individu yang berada dalam suatu hubungan eksklusif.

Berdasarkan pemaparan diatas, belum adanya penelitian yang menggabungkan *fear of intimacy* dan *social and emotional loneliness* pada dewasa muda yang *single*, meningkatkan urgensi untuk diadakannya penelitian ini. Secara praktis, penelitian ini juga penting untuk diadakan mengingat bagaimana *social and emotional loneliness* dan *fear of intimacy* memiliki dampak yang dapat mengganggu individu dalam berelasi, baik terhadap pasangan maupun lingkungan sosial. Maka dari itu peneliti ingin melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *social and emotional loneliness* dan *fear of intimacy* pada dewasa muda yang *single*.

## **1.2 Rumusan Permasalahan**

Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *social and emotional loneliness* dan *fear of intimacy* pada dewasa muda yang *single*?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang signifikan antara *social and emotional loneliness* dan *fear of intimacy* pada dewasa muda yang *single*.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Manfaat teoretis dari penelitian ini adalah:

- a) Memperkaya dan memberikan sumbangsih pemikiran/pengembangan penelitian *fear of intimacy* dan/atau *social and emotional loneliness* di Indonesia.
- b) Menambah referensi untuk penelitian selanjutnya dalam bidang psikologi klinis, sosial, dan perkembangan.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah:

- a) Membuka wawasan dan meningkatkan kesadaran individu akan peran *fear of intimacy* serta *social and emotional loneliness* pada dewasa muda yang *single*.
- b) Membantu orang terdekat untuk lebih memahami individu *single* yang mengalami *fear of intimacy* dan/atau *social and emotional loneliness*.
- c) Memberikan informasi karakteristik *fear of intimacy* dan/atau *social and emotional loneliness* kepada konselor untuk membantu individu dewasa muda.

