

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Emerging adulthood adalah proses transisi dari periode remaja akhir menuju periode dewasa, yang terjadi pada rentang usia 18 hingga 25 tahun (Arnett, 2000). Pada periode ini, *emerging adult* mencoba untuk melakukan eksperimen dan eksplorasi, khususnya dalam area percintaan dan pekerjaan (Arnett, 2007). Menurut Arnett (2000), periode ini termasuk periode kritis yanguntutannya harus segera diselesaikan. Jika individu sudah masuk periode ini, namun ia tidak menyelesaikanuntutannya, maka ia akan mengalami kesulitan untuk melanjutkan periode berikutnya, yaitu dewasa awal (Arnett, 2000). Salah satu cara bagi *emerging adult* untuk memenuhi tugas eksplorasi kehidupan pada area percintaan adalah dengan menjalin hubungan pacaran.

Pacaran merupakan fenomena yang sudah tidak asing lagi bagi masyarakat di era sekarang ini. Menurut Yudistriana, Basuki, dan Harsanti (2010) pacaran merupakan proses mengenal, memahami, dan membangun hubungan personal dengan lawan jenis. Pacaran juga merupakan hubungan *dyadic* yang melibatkan pertemuan untuk interaksi sosial atau kegiatan bersama dengan niat eksplisit atau implisit, sampai salah satu atau keduanya mengakhiri hubungan atau melanjutkan ke tahap yang lebih serius seperti tunangan atau pernikahan (Straus, 2004).

Seperti penjelasannya, pacaran melibatkan pertemuan untuk interaksi sosial atau kegiatan bersama. Namun, terdapat kondisi khusus bagi pasangan dimana mereka sulit melibatkan interaksi langsung atau kegiatan bersama yang

dikenal sebagai hubungan jarak jauh atau LDR (*long distance relationship*). Menurut Kurniati (2015), hubungan jarak jauh terjadi di saat individu tinggal di kota atau negara yang berbeda yang mengakibatkan mereka tidak dapat bertemu dengan pasangan untuk berinteraksi secara tatap muka setiap saat dan sesuai keinginan. Alasan individu menjalani hubungan jarak jauh adalah karena menjalani pendidikan atau pekerjaan pada kota, pulau, negara, bahkan benua yang berbeda (Dharmawijati, 2016). Mietzner dan Li-Wen (2005) mengatakan suatu hubungan pacaran dikategorikan sebagai hubungan jarak jauh apabila jarak antar dua individu minimal adalah 80 km.

Dalam menjalani hubungan jarak jauh, tentunya terdapat banyak tantangan atau masalah yang dialami oleh pasangan tersebut. Beberapa permasalahan yang kerap kali terjadi dalam hubungan jarak jauh diantaranya akan cenderung memiliki intensi berselingkuh, bahkan melakukan perselingkuhan (Irawan & Suprpti, 2018) dan terjadinya konflik yang disebabkan oleh adanya ketidaksepahaman atau kecurigaan antar pasangan (Nisa & Sedjo, 2010). Selain itu, dikarenakan pandemi Covid-19, hubungan jarak jauh ini akan semakin sulit dilakukan dikarenakan intensitas pertemuan langsung akan lebih sulit dilakukan dan ditentukan terutama karena diberlakukan sistem *lockdown* (Azanella, 2020).

Berdasarkan hasil survei di Indonesia yang melibatkan 123 responden mengenai pacaran jarak jauh yang dilakukan oleh Wolipop secara *online*, diperoleh data bahwa 49% responden berhasil menjalani hubungan pacaran jarak jauh dengan pasangannya, 38% responden tidak berhasil menjalani hubungan pacaran jarak jauh, 5% responden menjalani hubungan pacaran jarak jauh dengan

keraguan dan putus asa, sedangkan 10% lainnya berharap hubungan pacaran jarak jauh yang dijalannya akan berhasil (Rema, 2012).

Hubungan jarak jauh juga semakin banyak ditemukan pada para mahasiswa yang menjalani pendidikan di luar kota asal tempat tinggal mereka. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Knox, Zusman, Daniels, dan Brantley (dalam Knee, 2006) ditemukan bahwa terdapat 20% mahasiswa diketahui hubungannya memburuk ketika menjalani hubungan jarak jauh, 18% mahasiswa merasa hubungannya menjadi lebih baik saat menjalani hubungan jarak jauh, 22% mahasiswa dilaporkan memutuskan hubungannya ketika dipisahkan oleh jarak, dan hanya 9% mahasiswa yang tidak merasakan efek dari hubungan jarak jauh dan sisanya mengalami dampak yang bercampur. Berdasarkan kedua penelitian tersebut, dapat dilihat bahwa cukup banyak individu yang tidak berhasil dalam menjalin hubungan pacaran jarak jauh. Selain itu, Dharmawijati (2016) mengatakan bahwa hubungan jarak jauh dipandang sangat sulit untuk banyak orang karena banyak timbul stigma negatif mengenai hubungan ini yaitu akan adanya perselingkuhan yang tidak diketahui oleh pasangan. Pernyataan ini diperkuat oleh Wilkins & Dalessandro (2013) yang mengatakan bahwa perpisahan fisik seperti tidak bertemu pasangan merupakan salah satu alasan terjadinya perilaku berselingkuh.

Menurut Spring dan Spring (dalam Jayanti, 2013), perselingkuhan adalah suatu tindakan pelanggaran yang dilakukan oleh individu terhadap kepercayaan yang sudah diberikan oleh pasangan mereka dalam menjalin hubungan. Pelanggaran tersebut dibagi menjadi dua, yaitu pelanggaran fisik dan emosional. Perselingkuhan sendiri dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, salah

satunya adalah menghilangkan kepercayaan diri maupun kepercayaan terhadap pasangan (Zare, 2011). Walaupun dampak negatif tersebut sudah banyak diketahui, namun masih banyak individu yang memiliki keinginan atau niatan untuk berselingkuh (Irawan & Suprapti, 2018). Selain itu, pernyataan yang diberikan oleh Jayanti (2013) juga memperkuat mengenai terjadinya perselingkuhan pada masa pacaran, yaitu ia mengatakan bahwa perselingkuhan dapat terjadi pada masa *pre-marital*.

Sebelum melakukan perilaku tertentu, individu memiliki niatan untuk melakukannya atau tidak yang disebut dengan intensi (Dayakisni & Hudaniah, 2012). Setyani (2007) mendefinisikan intensi sebagai suatu keinginan atau niat individu untuk melakukan suatu perilaku atau mencapai tujuan tertentu, yang didasari oleh sikap dan keyakinan individu tersebut atau orang lain yang mempengaruhinya. Irawan dan Suprapti (2018) menambahkan, bahwa individu yang sudah memiliki intensi atau niat untuk melakukan perilaku tertentu maka ia juga memiliki kecenderungan untuk melakukan perilaku tersebut. Dari penjelasan-penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa intensi adalah niat atau keinginan individu sebelum melakukan suatu perilaku. Penjelasan ini sejalan dengan pernyataan Irawan dan Suprapti (2018) bahwa niat untuk melakukan selingkuh disebut dengan intensi berselingkuh. Selain itu, Jones (2009) menemukan adanya intensi berselingkuh dengan perilaku berselingkuh aslinya..

Peneliti juga menemukan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan terhadap intensi individu untuk berselingkuh. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Whisman dan Snyder (2007) di Amerika, ditemukan bahwa persentase laki-laki untuk melakukan perilaku berselingkuh lebih besar

dibandingkan perempuan dimana laki-laki menunjukkan 20-40% sedangkan perempuan 20-25%. Penelitian lain oleh Adamopoulou (2013) yang juga dilakukan di Amerika menemukan bahwa walaupun berbeda tipis, persentase laki-laki berselingkuh lebih tinggi yaitu 56,8% dan perempuan 55,8%. Di Indonesia sendiri, pada tahun 2010 ditemukan bahwa persentase perilaku berselingkuh laki-laki sebesar 60% yang mana lebih besar dibandingkan perempuan (Sarwono, 2013). Dari ketiga penelitian tersebut dapat dilihat bahwa keinginan berselingkuh lebih tinggi pada laki-laki dibandingkan perempuan.

Namun, penelitian lain yang dilakukan oleh Sonali, Shweta, dan Neelma (2009) menunjukkan bahwa wanita memiliki kecenderungan berselingkuh yang lebih tinggi dibandingkan pria. Hal ini juga sejalan dengan survei yang dilakukan oleh JustDating, aplikasi untuk mencari teman dimana mereka menemukan bahwa Indonesia merupakan negara dengan presentase perempuan berselingkuh lebih tinggi yaitu sebesar 60% dibandingkan laki-laki (Setia, 2017). Perilaku perselingkuhan yang dijelaskan sebelumnya pun didahului oleh intensi seseorang untuk melakukan suatu perilaku. Dari penjelasan-penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan mengenai intensi berselingkuh ditinjau dari jenis kelamin.

Pre-eliminatory study yang dilakukan oleh Irawan dan Suprpti (2018) menunjukkan bahwa 56,4% dari 147 responden pernah berpikir untuk berselingkuh dari pasangannya, yang mana artinya setengah dari responden memiliki intensi berselingkuh. Lilitoly dan Swastiningsih (2014) menyatakan bahwa intensi individu untuk melakukan perselingkuhan dapat disebabkan oleh kesepian yang diakibatkan oleh jarak akibat tugas dalam jangka waktu yang

cukup lama. Berdasarkan *mini survey* dalam bentuk kuesioner yang dilakukan secara *online* oleh peneliti terhadap 36 partisipan, hasil menunjukkan bahwa 11,1% partisipan setuju bahwa mereka pernah berpikir mencari pasangan lain untuk mengatasi kesepian mereka dan 8,3% partisipan netral mengenai pernah berpikir mencari pasangan lain untuk mengatasi kesepian mereka (**Lampiran A1**). Dari *mini survey* ini dapat dilihat bahwa walaupun hanya sedikit, tetapi tetap masih ada individu yang berpikir atau memiliki keinginan mencari pasangan lain untuk mengatasi kesepian yang dirasakan.

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara singkat terhadap 2 individu yaitu Z dan V yang sedang menjalani hubungan pacaran jarak jauh, mereka mengatakan bahwa karena kesepian yang mereka alami sempat membuat mereka berpikir dan memiliki keinginan untuk berselingkuh. Z mengatakan, *“Jujur, LDR bikin aku kesepian karena aku ga bisa ketemu pacarku. Apalagi kalo liat orang lain sama pasangannya, suka kepikiran LDR bikin aku jauh dan bahkan gabisa liat sosoknya. Kadang dari situ aku kepikiran aja buat cari orang yang bisa nemenin aku terus, supaya ada pengganti sosok pacar aku jadi kaya ga sepi gitu juga. Tapi sebatas pengen aja, ga sampe ngelakuin karena kalo ngelakuin sama aja aku selingkuh”*. Sedangkan V juga mengatakan hal yang serupa, *“aku pernah sih ngerasa mau cari orang baru untuk mengisi hari-hari buat gantiin pacar sementara. Karena kalau jauh gini aku kaya ga bisa liat pacar, ga berhubungan terus, terkesannya pacaran sama angin”*. Dari kedua jawaban tersebut dapat dilihat bahwa kesepian merupakan salah satu alasan mereka memiliki keinginan untuk berselingkuh.

Menurut Perlman dan Peplau (1981), kesepian adalah perasaan subjektif negatif yang muncul karena ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang individu harapkan dengan yang dimilikinya. Dalam bukunya, Lake (1986) mengatakan bahwa penyebab individu mengalami kesepian adalah karena kondisi dimana individu harus bekerja jauh dari rumah dan terpisah dari keluarganya, teman, atau mungkin pasangannya. Pernyataan tersebut memperkuat bahwa jauh atau terpisah dari pasangan karena jarak merupakan salah satu penyebab mengalami kesepian.

Ditinjau dari teori segitiga cinta Sternberg, gairah (*passion*) merupakan salah satu komponen utama cinta. Untuk komponen ini, Sternberg (1986) menyatakan bahwa, "*Komponen gairah mengacu pada dorongan yang mengarah pada romansa, ketertarikan fisik, penyempurnaan seksual, dan fenomena terkait dalam hubungan cinta. Komponen gairah dengan demikian termasuk dalam bidangnya sumber-sumber motivasi dan bentuk-bentuk gairah lainnya yang mengarah pada pengalaman gairah dalam hubungan yang penuh cinta.*". Firmin, Firmin dan Lorenzen (dalam, Mietzner & Li-Wen, 2005) mengatakan bahwa pada pasangan yang mengalami hubungan jarak jauh, komponen gairah (*passion*) tidak dapat terpenuhi seutuhnya dikarenakan hubungan jarak jauh ini menyebabkan individu kurang mampu mengekspresikan perasaan atau kebutuhan hasrat mereka secara langsung kepada pasangannya yang mengakibatkan individu mudah merasa kesepian karena kurangnya waktu bagi mereka untuk melakukan aktivitas secara bersama.

Kesepian kerap dialami oleh pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh karena sulitnya untuk bertemu (Dharmawijati, 2016). Selain itu, menurut Firmin, et al. (dalam Mietzner & Li-Wen, 2005), kurangnya waktu untuk

melakukan aktivitas bersama-sama merupakan salah satu hal yang membuat pasangan yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh akan merasa kesepian. Sejalan dengan pernyataan Firmin, et al., berdasarkan *mini survey* yang sudah dilakukan peneliti, ditemukan bahwa 75,6% (28 orang) mengatakan bahwa melakukan aktivitas bersama pasangan merupakan hal yang penting (**Lampiran A2**).

Dharmawijati (2016) menyatakan bahwa salah satu dampak menjalani hubungan jarak jauh adalah mengalami perasaan kesepian yang dapat mempengaruhi hubungan pasangan dan mengakibatkan pasangan sulit untuk saling mempertahankan hubungan. Berdasarkan *mini survey* yang dilakukan peneliti terhadap 36 partisipan, terdapat bahwa 36,1% atau sekitar 13 orang memilih *range* setuju-sangat setuju bahwa mereka merasa kesepian saat menjalani hubungan jarak jauh (**Lampiran A3**). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Waterman, et al (2017) juga menunjukkan bahwa kesepian memang dirasakan oleh mereka yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh.

Dari pemaparan-pemaparan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa salah satu penyebab individu memiliki intensi berselingkuh adalah kesepian yang dialami oleh individu yang disebabkan oleh hubungan jarak jauh. Hal ini juga sejalan dengan pernyataan Sessiani (2018) dalam penelitiannya, yang mengatakan bahwa individu dapat merasa kesepian apabila individu tersebut tidak mampu membangun hubungan interpersonal dengan salah satu faktor di dalamnya adalah tatap muka seperti yang diharapkannya. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kurniawan, Yulianti, dan Sugadijono (2010) juga menunjukkan bahwa terdapat

korelasi positif antara kesepian dengan intensi individu untuk melakukan perselingkuhan terhadap istri yang suaminya bekerja di luar daerah.

Dari fenomena dan teori yang telah disampaikan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat pengaruh kesepian terhadap intensi berselingkuh pada *emerging adulthood* yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh dan melihat peran jenis kelamin sebagai variabel moderator. Selain itu, dengan minimnya penelitian mengenai kedua variabel dan masih belum adanya penelitian yang dilakukan terhadap sampel terkait pun meningkatkan urgensi penelitian ini.

1.2 Rumusan Permasalahan

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari kesepian terhadap intensi berselingkuh pada *emerging adulthood* yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh?
2. Apakah terdapat pengaruh jenis kelamin sebagai variabel moderator terhadap intensi berselingkuh pada *emerging adulthood* yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh?
3. Apakah jenis kelamin dapat memoderasi pengaruh antara kesepian dengan intensi berselingkuh pada *emerging adulthood* yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk melihat dan mencari tahu pengaruh kesepian terhadap intensi berselingkuh pada *emerging adulthood* yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat teoritis maupun praktis dalam pelaksanaannya.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis penelitian ini adalah:

1. Menambah literatur dalam penelitian Psikologi di Indonesia, karena secara khusus mengenai topik kesepian dan intensi berselingkuh pada *emerging adulthood* yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh belum ada penelitian yang serupa di Indonesia.
2. Memberikan gambaran mengenai ada tidaknya pengaruh antara kesepian terhadap intensi berselingkuh pada *emerging adulthood* yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh.
3. Memberikan manfaat bagi para pihak praktisi maupun peneliti dalam mengembangkan penelitian mengenai kesepian dan intensi berselingkuh.
4. Memberikan kontribusi pada ilmu psikologi, terutama pada bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial dalam tahap perkembangan *emerging adulthood*.

5. Menambah wawasan pembaca mengenai kesepian dan intensi berselingkuh.
6. Bagi penelitian lain, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan referensi dan sumber informasi untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah:

1. Memberikan informasi dan masukan bagi para konselor serta psikolog dalam menangani individu-individu yang mengalami kesepian maupun intensi berselingkuh.
2. Memberikan informasi bagi individu yang mengalami hubungan pacaran jarak jauh dalam melihat kondisi kesepian dan intensi berselingkuh yang mungkin dialami.