

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa dewasa awal merupakan istilah yang merujuk pada salah satu fase perkembangan hidup manusia yaitu masa transisi dari remaja menuju dewasa. Masa dewasa awal merupakan fase pertama dimana individu masuk pada tahap puncak dalam perkembangan kehidupannya. Rentang usia dewasa awal diketahui cukup beragam. Salah satunya dikemukakan oleh Hurlock (1996) bahwa masa dewasa awal berada pada rentang usia 18-40 tahun. Masa dewasa awal merupakan masa transisi yang ditandai dengan kegiatan yang bersifat eksperimen dan eksplorasi (Santrock, 2011). Masa dewasa awal juga dianggap sebagai fase peralihan dari ketergantungan pada orang tua menuju kemandirian dari segi finansial maupun kebebasan menentukan kehidupan. Dalam perkembangannya, individu dewasa awal dihadapkan pada beberapa tugas perkembangan. Beberapa tugas tersebut ialah mendapatkan suatu pekerjaan, memilih teman hidup, bergabung dengan kelompok sosial dan menerima tanggung jawab sebagai warga negara (Hurlock, 1996).

Tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal penting untuk dilakukan serta diselesaikan dengan baik. Namun ketika tugas-tugas tersebut tidak dapat diselesaikan dengan baik maka akan menimbulkan masalah baru bagi sebagian individu dewasa awal. Monks (2006) menjelaskan bahwa seseorang yang termasuk dalam usia dewasa awal idealnya berada dalam hubungan yang hangat, dekat, dan komunikatif. Apabila orang tersebut tidak berada dalam kondisi itu maka akan menimbulkan apa yang disebut dengan isolasi (merasa tersisihkan, kesepian, dan menyalahkan diri). Erikson menjelaskan pada masa dewasa awal terjadi sebuah krisis dalam kehidupan yaitu *Intimacy versus Isolation*. Intimasi akan dapat tercapai ketika individu dewasa awal mampu membentuk hubungan yang sehat serta dekat dengan individu lain. Namun jika individu tidak berhasil mengembangkan intimasi maka individu akan mengalami isolasi dan merasakan kesepian (Santrock, 2011).

Perlman (Brehm, 2002) menyatakan bahwa masa dewasa awal merupakan masa dimana individu paling rentan mengalami kesepian. Hal tersebut dikarenakan pada masa dewasa awal individu tidak hanya dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan. Tetapi juga karena terjadinya perubahan dalam hubungan sosial yang dimiliki individu dewasa awal sehingga membuat tingkat atau kualitas hubungannya menurun. Perubahan-perubahan dalam hubungan sosial yang dimaksud dalam hal ini seperti hilangnya hubungan akibat kematian, perceraian, dan putus cinta. Selain itu, juga bisa dikarenakan pemisahan dari orang terdekat seperti ketika orang dewasa awal memisahkan diri dari orang tuanya (Perlman & Peplau, 1984).

Banyak penelitian yang dilakukan guna mengetahui fenomena kesepian pada dewasa awal, seperti penelitian yang dilakukan di beberapa negara diantaranya Amerika Serikat dan Inggris. Diketahui bahwa kesepian paling banyak dialami oleh responden yang berada pada usia dewasa awal (Fardghassemi & Joffe, 2021). Dikutip dari laman resmi *Psychology Today* (Whitley, 2020), berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Cigna di tahun 2020. Diketahui bahwa orang dewasa awal memiliki tingkat kesepian yang lebih tinggi dibandingkan orang dewasa yang lebih tua. Selain itu, sebanyak 70% responden dewasa awal juga menjelaskan bahwa mereka terkadang atau bahkan selalu merasa sendiri dan tidak ada yang memahami mereka. Penelitian lain dilakukan oleh YouGov pada lebih dari 2000 orang dewasa inggris di tahun 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 9 dari 10 atau sekitar 80% penduduk usia 18-24 tahun mengalami kesepian. Lebih lanjut, sebesar 24% diantaranya melaporkan sering mengalami kesepian dan 7% lainnya melaporkan merasa kesepian disetiap waktu (Ibbetson, 2019)

Fenomena kesepian pada dewasa awal selain terjadi di beberapa negara juga terjadi di Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan hasil survei yang dilakukan Change.org Indonesia (2021), survei ini dilakukan kepada 5.211 orang sepanjang bulan Mei-Juni 2021. Hasil survei menunjukkan 98% partisipan merasa kesepian dalam sebulan terakhir dan mayoritas partisipan terdiri dari individu yang berada pada usia 18-40 tahun. Lebih lanjut, 2 dari 5 partisipan atau sekitar 39% diantaranya merasa lebih baik mati atau ingin melukai diri sendiri. Kemudian diketahui pula dari keseluruhan partisipan, sebanyak 1.012 orang diantaranya merupakan

responden yang berdomisili di DKI Jakarta. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa cukup banyak individu dewasa awal di Jakarta yang mengalami kesepian.

Kesepian merupakan situasi yang dialami individu sebagai hal yang tidak menyenangkan dan tidak dapat diterima akibat kurangnya (kualitas) hubungan tertentu. Situasi yang dimaksud ialah jumlah hubungan yang ada lebih kecil dibandingkan yang diinginkan, serta situasi dimana keintiman yang diinginkan belum terwujud. Oleh karena itu, kesepian melibatkan bagaimana individu memandang, merasakan, dan mengevaluasi keterasingan serta kurangnya komunikasi dengan orang lain (De Jong Gierveld, 1998). Menurut Perlman & Peplau (1998), kesepian merupakan pengalaman tidak menyenangkan yang terjadi ketika jaringan hubungan sosial individu berkurang secara signifikan dalam kuantitas atau kualitas. Lebih lanjut Sullivan (dalam Perlman & Peplau, 1998) juga berpendapat bahwa kesepian merupakan situasi yang muncul ketika individu tidak dapat memuaskan kebutuhan akan keintiman.

Kesepian merupakan kondisi yang berdampak besar bagi perkembangan serta kesehatan mental individu. Tournier menyatakan kesepian merupakan penyakit yang dapat menghancurkan harapan individu. Kesepian menimbulkan hambatan bagi individu untuk mengembangkan kemampuannya dan beraktivitas produktif (Triani, 2012). Dampak lain dikemukakan Palgi et al., (2020) dalam penelitiannya mengenai kesepian. Hasil penelitian menunjukkan kesepian berdampak pada munculnya kecemasan dan depresi. Lebih lanjut dampak terburuk dari kesepian ialah mendorong munculnya pemikiran serta tindakan bunuh diri pada individu (Stickley & Koyanagi, 2016).

Kesepian seringkali di kaitkan dengan kondisi kesendirian yang dialami oleh individu, namun pada kenyataannya kesepian bisa dipengaruhi oleh kondisi hubungan yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Lebih lanjut Brehm (2002) menjelaskan bahwa munculnya kesepian dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti anteseden keluarga, status sosial ekonomi, status pernikahan, gender, dan usia. Anteseden keluarga merupakan salah satu faktor munculnya kesepian yang berkaitan dengan kondisi sebuah keluarga yaitu dalam interaksi maupun struktur keluarga. Perlman (Brehm, 2002) menjelaskan pada kasus-kasus orang

kesepian diketahui bahwa mereka memiliki orang tua yang dingin serta kurang perhatian. Selain itu, orang tua mereka juga sedikit memberikan dukungan dan sering terlibat dalam kehidupan mereka secara negatif dengan memberikan hukuman.

Faktor keluarga selain diketahui menjadi faktor yang meningkatkan potensi terjadinya kesepian, juga dapat menjadi faktor yang mengurangi potensi munculnya kesepian pada individu. Jones (1981), menjelaskan bahwa individu yang memiliki interaksi lebih banyak dengan keluarga lebih sedikit mengalami kesepian. Selain itu, Zhu et al., (2019) menjelaskan kesepian pada individu dapat dikurangi dengan membentuk lingkungan keluarga yang berfungsi secara sehat. Namun, seiring bertambahnya usia seperti pada usia dewasa awal, perhatian keluarga terhadap anaknya akan berkurang. Kręcioch dalam penelitiannya menjelaskan orang dewasa seringkali tidak memiliki waktu dan ketertarikan pada masalah yang dialami dewasa awal (Domagała-Kręcioch & Majerek, 2013). Hal tersebut disebabkan karena keluarga khususnya orang tua menganggap masa dewasa awal merupakan masa bagi kemandirian anak. Oleh sebab itu, kesepian dewasa awal berkaitan dengan kondisi keluarga yaitu dalam hal interaksi maupun struktur keluarga yang berfungsi dengan baik.

Kondisi bagaimana anggota keluarga menjalankan perannya masing-masing secara sehat dan benar, serta pengaruhnya bagi keluarga tersebut berkaitan erat dengan keberfungsian keluarga (*family functioning*). Menurut Epstein, Ryan, Bishop, Miller, dan Keitner (2003) keberfungsian keluarga ialah sejauh mana interaksi dalam sebuah keluarga memberikan dampak pada kesehatan fisik serta emosional anggota keluarga. Lebih lanjut, DeFrain, Asay, dan Olson (2009), menjelaskan keberfungsian keluarga mengacu kepada peran, sikap serta perilaku yang diperlihatkan anggota keluarga satu dengan yang lainnya.

Olson (2000) menjelaskan keberfungsian keluarga dapat diketahui dari beberapa faktor yaitu kedekatan emosi anggota keluarga (kohesivitas), fleksibilitas dalam keluarga, serta komunikasi dalam keluarga. Terdapat beberapa teori yang membahas tentang keberfungsian keluarga, namun salah satu yang paling sering digunakan adalah *McMaster Model of Family Functioning* (MMFF). Teori ini sudah berkembang selama 30 tahun dan terdiri dari dimensi-dimensi yang berkaitan

dengan kesehatan fisik serta emosional anggota keluarga. MMFF terdiri atas 6 dimensi utama yaitu pemecahan masalah, komunikasi, peran, respon afektif, keterlibatan afektif, dan kontrol perilaku.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan adanya keterkaitan antara keberfungsian keluarga dengan kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Uruk dan Demir (2003) tentang faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kesepian. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa faktor keluarga khususnya dalam hal komunikasi menjadi faktor penting penyebab kesepian. Hasil penelitian tersebut juga menyatakan faktor keluarga berkontribusi sebesar 15% terhadap munculnya kesepian. Penelitian lain yang dilakukan oleh Cendra (2012), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bersifat negatif antara keberfungsian keluarga dengan kesepian. Berdasarkan penelitian ini juga diketahui bahwa dari enam dimensi MMFF yang dianalisis, dimensi komunikasi paling berkorelasi dengan kesepian.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, penelitian mengenai fenomena kesepian yang terjadi pada dewasa awal sudah dilakukan. Begitu pula dengan penelitian mengenai keterkaitan antara keberfungsian keluarga dengan kesepian. Namun berdasarkan penelusuran peneliti, belum ditemukan penelitian secara khusus mengenai keberfungsian keluarga dengan kesepian yang dialami dewasa awal. Oleh sebab itu, peneliti merasa tertarik untuk mengetahui tentang pengaruh keberfungsian keluarga terhadap kesepian individu dewasa awal di Jakarta.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan pada latar belakang, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah apakah terdapat pengaruh antara keberfungsian keluarga dengan kesepian yang dialami individu dewasa awal di Jakarta.

1.3 Pembatasan Masalah

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi terjadinya kesepian pada individu dewasa awal. Berdasarkan identifikasi masalah, penulis menentukan batasan ruang lingkup pada penelitian yang akan dilakukan. Peneliti membatasi permasalahan yang akan diteliti pada pengaruh keberfungsian keluarga terhadap kesepian yang dialami oleh individu dewasa awal di Jakarta.

1.4 Rumusan Masalah

Permasalahan yang dapat dirumuskan berdasarkan identifikasi masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh keberfungsian keluarga terhadap kesepian individu dewasa awal di Jakarta?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data secara empiris guna mengetahui tentang pengaruh dari keberfungsian keluarga terhadap kesepian yang dialami oleh individu dewasa awal di Jakarta.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut:

1.6.1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan terkait dengan kondisi kesepian yang dialami oleh individu dewasa awal serta peran dari keberfungsian keluarga dalam kondisi tersebut. Selain itu, penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan manfaat bagi para peneliti lain sebagai referensi atau acuan dalam melaksanakan penelitian yang terkait.

1.6.2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana edukasi bagi masyarakat khususnya dalam menginformasikan fungsi penting yang dimiliki oleh keluarga dalam kaitannya dengan kesepian yang dialami oleh individu dewasa awal.