

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan suatu masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Saputro, 2017). Pada masa ini, terjadi banyak perubahan yang meliputi perubahan biologis, sosial, dan psikologis (Borca et al., 2015). Remaja akan bertemu dengan berbagai tantangan pengalaman dan tugas perkembangan yang baru. Menurut Havighurst (dalam Manning, 2002), remaja memiliki tugas perkembangan untuk mencapai hubungan yang baru dan lebih matang dengan teman sebaya dari kedua jenis kelamin. Selain itu, William Kay (dalam Putro, 2017) menyebutkan bahwa remaja memiliki tugas perkembangan untuk mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal, serta mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya. Tugas-tugas perkembangan ini harus dapat dilalui oleh remaja, sebab jika tidak, maka akan berimbas pada tahap perkembangan selanjutnya.

Tugas-tugas perkembangan yang demikian, tidak mudah dilalui oleh remaja, terutama pada periode-periode awal. Bahkan, periode remaja yang tidak mudah ini oleh G. Stanley Hall (dalam Santrock, 2011) disebut sebagai "*storm-and-stress*" atau masa "pergolakan dan stres", dimana pada masa ini merupakan masa-masa yang penuh gejolak dengan konflik dan terjadi perubahan suasana hati. Lebih lanjut, menurut Gunarsa (1989 dalam Sit, 2012), remaja memiliki karakteristik seperti belum stabil emosinya, cenderung timbul perasaan kosong akibat perubahan cara pandangan, muncul kegelisahan karena menginginkan banyak hal tetapi tidak semuanya bisa terpenuhi, senang bereksperimen dan bereksplorasi, dan cenderung membentuk kelompok.

Meskipun karakteristik remaja cenderung berkelompok, namun ternyata remaja dilaporkan lebih sering merasakan kesepian. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Ali dan Asrori (dalam Cahyanti, 2022) bahwa remaja sering

merasakan perasaan yang tidak aman dan kesepian. Moore dan Schultz (1983) juga menambahkan bahwa kesepian merupakan masalah yang menyakitkan dan tersebar luas di kalangan remaja.

Salah satu yang menjadi alasan remaja lebih sering mengalami kesepian adalah proses yang dilakukan remaja untuk mencapai kemandirian sebagaimana tugas perkembangan remaja. Tugas perkembangan pada masa remaja salah satunya adalah melepaskan keterikatan dari orang tua dan membentuk keterikatan yang baru dengan teman sebaya baik sesama maupun berlawanan jenis (Uruk & Demir, 2003). Biasanya, remaja memisahkan diri dari keluarga terutama dari orang tua untuk dapat mencapai tugas perkembangan tersebut. Namun, untuk mencapai hal tersebut remaja tidak harus menjauhkan diri dari orang tua (Lerner & Castellino, 2013), karena hal tersebut dapat membuat mereka mengalami kesepian. Apalagi, berdasarkan Triandis (dalam Sawir et al., 2007), remaja khususnya di negara berbudaya kolektivis seperti Indonesia justru keinginan untuk tetap bersama orang tua dan keluarganya cenderung lebih kuat daripada remaja di negara individualis. Artinya, ketika remaja tidak bisa bersama dengan orang tua dan keluarganya atau dengan kata lain berpisah, maka dapat mengakibatkan kesepian.

Selain itu, pada masa remaja, mereka mulai memiliki ekspektasi yang tinggi akan keintiman dan dukungan dari teman-teman mereka, dimana hal ini dapat menyebabkan perasaan kecewa dan salah paham ketika realita yang ada tidak sejalan dengan yang mereka harapkan (Youniss & Smollar, 1987). Ekspektasi atau harapan akan keintiman dalam hubungan sosial terutama dalam pertemanan pada masa remaja belum dapat terwujud karena untuk mewujudkan dan mencapai keintiman tersebut memerlukan kemampuan bersosial dimana kemampuan tersebut belum berkembang pada usia remaja terutama pada remaja awal (Perlman & Landolt, 1999). Oleh karena hal itulah membuat remaja cenderung merasa lebih kesepian daripada masa-masa lainnya (Uruk & Demir, 2003).

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti memiliki asumsi bahwa remaja yang bersekolah di sekolah asrama dapat mengalami kesepian mengingat mereka memiliki potensi kesepian karena berusia remaja dan ditambah lagi dengan kondisi mereka

yang jelas-jelas berpisah dari orang tua dan keluarganya karena bersekolah di sekolah asrama. Sekolah asrama merupakan lembaga pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan secara intensif, dimana para siswanya menetap di lingkungan sekolah selama masa pembelajaran (Behaghel et al., 2017). Belakangan ini, orang tua banyak yang berminat menyekolahkan anak-anak mereka di sekolah asrama (Setiawan, 2013). Hal ini karena sekolah asrama dianggap dapat memberikan pendidikan yang komprehensif dan holistik (Faridah et al., 2018). Menurut Susiyani (dalam Reskiawan, 2021), sekolah asrama merupakan tempat untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih, terutama tentang nilai-nilai moralitas, dan dapat membentuk karakter anak yang meliputi kedisiplinan, kemandirian, kepatuhan, dan tanggung jawab.

Sekolah asrama juga dapat memberikan manfaat, yaitu menjadi solusi praktis bagi orang tua untuk menjauhkan anak-anak dari lingkungan keluarga yang kurang menguntungkan, paparan pengalaman traumatis yang berpotensi merusak anak-anak, serta dapat mengisolasi anak-anak dari pengaruh lingkungan sosial yang negatif (Hodges et al., 2013), seperti misalnya kenakalan remaja. Berdasarkan Maslihah (2011), kenakalan remaja menjadi salah satu keresahan orang tua yang menjadi alasan orang tua menyekolahkan anak-anak mereka yang berusia remaja ke sekolah asrama.

Berdasarkan pemaparan di atas menunjukkan bahwa sekolah asrama dapat memberikan dampak yang positif, yaitu sekolah asrama dapat menyediakan lingkungan yang aman dan terkontrol bagi anak-anak terutama yang berusia remaja. Disamping dapat membawa dampak positif, kondisi di sekolah asrama yang terdapat keharusan bagi siswa/i nya untuk menetap, membuat mereka harus meninggalkan dan berpisah dengan orang tua dan keluarga mereka di rumah. Berpisah dengan orang tua karena bersekolah di sekolah asrama dapat meningkatkan risiko kesepian. Berdasarkan Tang et al. (2020) yang melakukan penelitian mengenai efek dari sekolah asrama terhadap kesehatan mental siswa/i sekolah asrama, hasilnya mengungkapkan bahwa siswa/i setelah di sekolah asrama mengalami kesepian yang lebih tinggi dimana hal ini menurut Tang et al. (2020) dikarenakan mereka tinggal

berjauhan dengan orang tua dan keluarga mereka dalam waktu yang lama, sehingga mengakibatkan kurangnya rasa aman yang membuat mereka mudah merasa kesepian.

Kesepian didefinisikan sebagai suatu pengalaman yang tidak menyenangkan bagi seseorang, yang dapat terjadi ketika hubungan sosial seseorang tidak sesuai dengan yang diharapkannya, baik dari segi kualitasnya maupun kuantitasnya (Perlman et al., 1981). Sementara itu, menurut Gierveld (1998), kesepian adalah situasi yang tidak menyenangkan yang dialami oleh individu karena jumlah hubungan yang dimilikinya tidak sebanyak yang diharapkannya serta hubungan yang dimilikinya belum mencapai keintiman yang diinginkan. Weiss (1973 dalam Perlman & Peplau, 1984) membagi kesepian menjadi kesepian emosional (*emotional loneliness*) dan kesepian sosial (*social loneliness*). Kesepian emosional merupakan kesepian akibat dari tidak adanya hubungan pribadi yang intim atau hilangnya keterikatan yang intim dalam hubungan sosial, sedangkan kesepian sosial muncul akibat dari kurangnya hubungan sosial atau rasa kebersamaan.

Kesepian dapat terjadi sebagai bentuk reaksi seseorang terhadap kondisi sosialnya (Sonderby et al., 2013). Dalam hal ini, siswa/i di sekolah asrama sebelumnya terbiasa tinggal bersama dengan keluarga mereka. Namun, karena keharusan di sekolah asrama untuk menetap, maka akan terjadi perpisahan antara siswa/i dengan keluarganya. Kirana (dalam Sona, 2015) mengungkapkan, kesepian dapat terjadi ketika seseorang kehilangan orang terdekat yang biasanya ada di dalam kesehariannya. Meskipun perpisahan antara siswa/i sekolah asrama dengan keluarganya ini hanya bersifat sementara, namun kondisi yang demikian memerlukan kesiapan secara baik, agar tidak menimbulkan permasalahan seperti kesepian.

Meskipun berpisah dengan keluarga, siswa/i di sekolah asrama akan bertemu dengan teman, guru, maupun pengasuh atau pengurus sekolah yang akan berdampingan dalam 24 jam. Namun, tidak menutup kemungkinan siswa/i di sekolah asrama mengalami kesepian, karena para ahli sepakat bahwa kesepian bukan merupakan pengalaman objektif terhadap hubungan sosial, melainkan kesepian merupakan pengalaman secara subjektif (Sonderby et al., 2013). Kesepian sebagai pengalaman subjektif artinya kesepian bisa saja dialami meskipun seseorang berada

dalam keadaan yang ramai, ataupun sebaliknya, seseorang bisa saja tidak kesepian meskipun dalam keadaan yang sepi atau sendirian (Peplau & Perlman, 1982).

Selain sekolah asrama dapat membuat siswa/i berpisah dengan orang tua dan keluarga mereka, sekolah asrama juga memiliki beberapa peraturan sendiri yang mungkin dapat memicu munculnya rasa kesepian. Salah satunya adalah adanya pembatasan untuk penggunaan ponsel selama kegiatan aktif belajar. Terbatasnya penggunaan ponsel terutama ponsel pintar membuat siswa/i terbatas untuk mengakses hiburan, termasuk juga akses komunikasi untuk menjalin hubungan dengan orang lain, terlebih di masa sekarang yang merupakan era digital. Dengan demikian, ketika ada pembatasan di sekolah asrama mengenai penggunaan media elektronik seperti ponsel pintar, dapat membuat siswa/i di sekolah asrama merasa jenuh dan bosan. Lebih lanjut, perasaan jenuh atau bosan yang dialami dapat menyebabkan kesepian (Sona, 2015). Selain itu, adanya pembatasan ini memungkinkan siswa/i di sekolah asrama merasa terisolasi dari dunia luar. Perasaan terisolasi ini juga dapat memicu siswa/i di sekolah asrama merasa kesepian (Sari & Hidayati, 2015).

Kesepian juga dapat terjadi akibat ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri (Resmadewi, 2019). Dalam hal ini, siswa/i di sekolah asrama yang merupakan remaja banyak dilaporkan mengenai permasalahan penyesuaian diri. Permasalahan ini berangkat dari motivasi siswa/i di sekolah asrama yang rata-rata memilih sekolah asrama bukan karena keinginannya sendiri, melainkan karena keinginan orang tuanya (Ramadhani, 2018). Dengan demikian, ketika siswa/i bersekolah di sekolah asrama bukan karena keinginannya sendiri, maka akan mengakibatkan kesulitan untuk menyesuaikan diri, terlebih jika mereka merasa terpaksa. Selain kesulitan menyesuaikan diri, siswa/i yang bersekolah di sekolah asrama bukan karena keinginannya, dapat memunculkan pikiran atau perasaan bahwa mereka tidak diinginkan oleh keluarganya sehingga ditiptkan di sekolah asrama (Elfaza & Rizal, 2020). Pikiran atau perasaan tidak diinginkan ini akan mempengaruhi bagaimana mereka menilai dan menghargai dirinya sendiri atau yang kemudian disebut dengan harga diri. Harga diri rendah yang disebabkan oleh perasaan tidak diinginkan dapat mengembangkan perasaan kesepian, dan membuat mereka menjadi kurang percaya

diri yang kemudian berimbas juga pada kemampuan mereka untuk menjalin hubungan dengan orang lain (Mushtaq et al., 2014), dimana jika mengalami kesulitan untuk menjalin hubungan dengan orang-orang disekitarnya maka semakin besar potensi kesepian untuk terjadi.

Oleh karena kesepian merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan, maka kesepian dapat berpengaruh pada kesehatan mental, kesehatan fisik (West et al., 1986), rendahnya partisipasi untuk bersosial (Resmadewi, 2019), konsep diri negatif (Sari & Hidayati, 2015), serta dapat mengakibatkan seseorang yang mengalaminya merasa kurang bahagia, kurang puas, cenderung lebih pesimis, lebih tertekan, merasa cemas, tegang, gelisah, dan bosan (dalam Peplau & Perlman, 1982). Bahkan dalam hal kesepian siswa/i sekolah asrama, siswa/i yang mengalami kesepian dapat menunjukkan perilaku negatif seperti malas untuk belajar, menjadi agresif, mengisolasi diri, dan melanggar aturan-aturan sekolah seperti berusaha pergi dari sekolah asrama tanpa izin (Elfaza & Rizal, 2020), atau melanggar peraturan lainnya yang dilakukan guna menghilangkan perasaan kesepian yang dialami. Dengan demikian, kesepian pada siswa/i di sekolah asrama menjadi suatu masalah yang dapat menimbulkan dampak-dampak negatif, terlebih jika kesepian terjadi secara berkepanjangan dan tidak diatasi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mempelajari lebih lanjut mengenai kesepian siswa/i sekolah asrama, dengan harapan dapat memberikan kontribusi untuk mengatasi permasalahan kesepian. Namun, dalam mempelajari kesepian, keluarga menjadi konteks yang penting untuk dikaitkan (Burke et al., 2012). Hal ini karena salah satu penyebab dari kesepian adalah kurangnya keterampilan sosial, dimana keterampilan sosial seseorang pertama kali dipelajari dan dipraktikan di dalam keluarga (Burke et al., 2012). Dengan demikian, ketika keluarga tidak dapat memfasilitasi seseorang untuk mempelajari dan mempraktikan keterampilan sosial agar dapat berkembang, maka kesepian dapat terjadi. Selain itu, kesepian juga berkaitan dengan hubungan atau interaksi seseorang dengan keluarganya. Berdasarkan Febriani, (2021), ketika seseorang tidak memiliki hubungan yang baik dengan keluarganya maka dapat menimbulkan kesepian.

Lebih lanjut, Jones (1981 dalam Perlman, 1988) mengungkapkan bahwa individu yang lebih banyak berinteraksi dengan anggota keluarganya tidak mengalami kesepian yang tinggi. Namun, individu yang mengalami kesepian dilaporkan bahwa mereka berasal dari keluarga yang beriklim dingin dengan orang tua yang kurang memberikan pengasuhan, bimbingan, atau dukungan emosional (Perlman, 1988). Berdasarkan sejumlah penelitian, secara umum dapat disimpulkan bahwa orang yang kesepian memiliki hubungan yang dingin dengan orang tua dan kurang mendapat perhatian dari orang tua, sementara orang yang tidak kesepian memiliki hubungan yang hangat dan dekat dengan orang tua, serta mendapatkan bantuan dari orang tua (Rubenstein, Shaver, & Peplau, 1979). Oleh sebab itu peneliti melihat bahwa kondisi keluarga dapat berhubungan dengan kesepian yang dialami oleh seseorang.

Terkait hal-hal yang berkaitan dengan kondisi keluarga dalam persoalan kesepian, salah satunya adalah keharmonisan keluarga. Keluarga yang tidak harmonis dapat menyebabkan kesepian (Karimah, 2021). Oleh karena itu, keharmonisan keluarga menjadi hal yang penting untuk diupayakan agar dapat meminimalisir kesepian. Keluarga yang harmonis mengacu pada keluarga yang mementingkan kualitas kehidupan anggota keluarganya. Keharmonisan keluarga dapat terwujud ketika keluarga dapat menjalankan fungsinya secara baik sebagaimana yang seharusnya. Keluarga yang berfungsi secara baik disebut juga sebagai keluarga dengan keberfungsian keluarga yang baik (Shek, dalam Lestari, 2016).

Keberfungsian keluarga merupakan seberapa jauh keluarga dapat menjalankan berbagai tugas dan perannya untuk dapat mengupayakan kesejahteraan, perkembangan sosial, fisik, dan psikis setiap anggota keluarganya (Epstein et al., 2003). Keberfungsian keluarga dapat dilihat berdasarkan enam dimensi keberfungsian keluarga yang meliputi dimensi pemecahan masalah (*problem solving*), komunikasi (*communication*), peran (*roles*), responsivitas afektif (*affective responsiveness*), keterlibatan afektif (*affective involvement*), kontrol perilaku (*behavior control*) (Ryan et al., 2005).

Berdasarkan enam dimensi keberfungsian keluarga yang disebutkan di atas, dapat diasumsikan bahwa keluarga dengan keberfungsian yang baik dapat menyelesaikan permasalahan dalam keluarga secara efisien sehingga dapat meminimalisir terjadinya konflik akibat masalah yang tidak terselesaikan. Komunikasi yang terjalin antar anggota keluarga juga baik dan efektif. Oleh karena terjalin komunikasi yang baik dan efektif, maka kesalahpahaman antar anggota tidak terjadi karena anggota keluarga saling bertukar informasi serta saling mengungkapkan perasaan satu sama lain. Selain itu, keluarga dengan keberfungsian baik juga memiliki pembagian peran yang adil dan jelas, sehingga setiap anggota keluarga dapat menjalankan perannya masing-masing sesuai dengan tanggung jawab yang diberikan. Keluarga yang berfungsi baik dapat menunjukkan atau mengeksperikan sesuatu sesuai dengan situasi yang terjadi dan menunjukkan keterlibatan terhadap setiap kegiatan dan minat dari masing-masing anggota keluarganya. Dengan demikian, akan tercipta kesejahteraan di antara anggota keluarga karena merasa dipedulikan dan diperhatikan. Keluarga dengan keberfungsian baik juga melakukan kontrol terhadap perilaku dari masing-masing anggota keluarganya serta di dalamnya terdapat aturan dalam berperilaku sehingga anggota keluarga memiliki acuan untuk berperilaku.

Keberfungsian keluarga dalam kaitannya dengan kesepian siswa/i sekolah asrama, jika keluarga tidak dapat menjalankan fungsinya secara baik, maka dapat mengembangkan risiko kesepian mengingat siswa/i di sekolah asrama merupakan remaja yang berisiko kesepian, terlebih siswa/i yang berusia 12 sampai 15 tahun yang merupakan remaja awal dan biasanya sedang berada di bangku sekolah menengah pertama (SMP) (Gunarsa et al., dalam Saputro, 2017). Meskipun siswa/i SMP di sekolah asrama berpisah secara fisik dengan keluarga mereka, bagaimanapun juga peran keluarga tidak bisa sepenuhnya digantikan oleh kehadiran peran lainnya (Olson, Rusell, & Sprenkle, 1980).

Penelitian mengenai kesepian di sekolah asrama sudah dilakukan oleh beberapa peneliti. Namun, belum ada penelitian yang mengaitkan antara keberfungsian keluarga dengan kesepian pada siswa/i di sekolah asrama. Meskipun

sudah ada juga penelitian yang mengaitkan keberfungsian keluarga dengan kesepian pada berbagai subjek umum seperti subjek remaja dan dewasa, namun penelitian ini membahas pada konteks yang berbeda, yaitu pada konteks sekolah asrama. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara keberfungsian keluarga dan kesepian pada siswa/i SMP sekolah asrama.

1.2. Identifikasi Masalah

Sebagaimana yang telah dipaparkan di atas mengenai latar belakang, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana gambaran kesepian pada siswa/i SMP di sekolah asrama?
- b. Bagaimana gambaran keberfungsian keluarga pada siswa/i SMP di sekolah asrama?
- c. Apakah terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dan kesepian pada siswa/i SMP di sekolah asrama?

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka peneliti memberikan batasan hanya pada masalah yang menjadi fokus penelitian, yaitu hubungan keberfungsian keluarga dan kesepian pada siswa/i SMP di sekolah asrama.

1.4. Rumusan Masalah

Mengacu pada pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dan kesepian pada siswa/i SMP di sekolah asrama?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pembahasan latar belakang, identifikasi, batasan, dan rumusan masalah, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dan kesepian pada siswa/i SMP di sekolah asrama.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini hasilnya dapat memberikan informasi tambahan bagi orang tua, keluarga, siswa/i sekolah asrama, dan bagi peneliti mendatang. Selain itu, dalam rangka pengembangan keilmuan psikologi, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian mendatang, khususnya penelitian dalam konteks psikologi keluarga, psikologi pendidikan, psikologi sosial, maupun psikologi perkembangan.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi informasi untuk edukasi bagi pihak-pihak terkait, seperti para orang tua yang ingin menyekolahkan anak-anak mereka di sekolah asrama. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan informasi kepada sekolah asrama mengenai keadaan atau kondisi yang dialami oleh siswa/i nya.

