BAB I
PENDAHULUAN

Bab ini merupakan pendahuluan dari skripsi yang akan membahas beberapa hal terkait penelitian, termasuk latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi.

A. Latar Belakang Penelitian

Perilaku berpacaran adalah sebuah proses menjalankan suatu hubungan dimana dua orang bertemu dan melakukan serangkaian aktivitas bersama agar dapat mengenal satu sama lain (Degenova & Rice, 2005). Perilaku berpacaran bukanlah merupakan hal yang asing lagi di kalangan remaja (Desmita, 2015). Perilaku ini merupakan suatu bentuk upaya untuk mecapai hubungan baru yang lebih matang dengan lawan jenis (Hurlock, 1980). Awalnya, perilaku berpacaran di kalangan remaja menjadi langkah positif sebagai masa menuju pernikahan, namun sekarang ini justru rawan menimbulkan berbagai konflik (Setiawan, 2008).

Salah satu konflik yang mungkin ditimbulkan dari perilaku berpacaran ini adalah putus cinta, ketika remaja mengalami putus cinta salah satu emosi umum yang dirasakan adalah kesedihan dan bahkan depresi (Reivich & Shatte, 2002). Sejalan dengan hasil survey yang dilakukan oleh Yulianingsih (2012) kepada 188 siswa SMK Batik 1 Surakarta, bahwa sebanyak 57,45% siswa mengalami kesedihan setelah mengalami putus cinta, bahkan hingga berbulan-bulan lamanya. Putus cinta sering dianggap sebagai suatu kondisi yang tidak menyenangkan dan menimbulkan berbagai tekanan. Keluhan fisik dan psikis muncul setelah mengalami putus cinta, keluhan-keluhan tersebut merupakan indikasi dari stres (Lolong, 2015).

Stres akibat putus cinta yang dialami remaja, seringkali diperparah oleh tekanan yang datang dari lingkungan sosial seperti teman sebaya. Seperti yang diungkapkan oleh G (17) seorang siswi di salah satu SMA di kota Bandung yang mengaku merasa sedih ketika putus cinta dan menjadi *jomblo* (tidak memiliki pacar), sedangkan kawan-kawannya memiliki pacar. G mengaku dirinya sering mendapat sindiran dari kawannya dan merasa sirik jika melihat kawannya yang

berpacaran ketika mereka berkumpul dan bahkan ketika melihat foto kegiatan kawannya bersama pacarnya di media sosial seperti *instagram*, *twitter* dan *path*. Untuk beberapa kasus, keadaan stres seperti ini bahkan dapat memicu dilakukannya tindakan bunuh diri (Lester dalam Santrock, 2003), tercatat sejak bulan Januari hingga Juli 2012 sudah terjadi 20 kasus bunuh diri pada remaja di Indonesia dengan penyebab terbanyaknya adalah putus cinta (delapan kasus) (Rozaki, 2012).

Untuk menaggulangi stres yang ditimbulkan akibat putus cinta, remaja membutuhkan kemampuan dalam mengatasi (*overcome*), melalui (*steer through*), dan bangkit kembali (*bounce back*) pada kondisi semula setelah mengalami kesulitan atau yang biasa disebut dengan resiliensi (Reivich, 2002). Individu yang resilien akan lebih mampu menghindari emosi-emosi yang tidak produktif dalam dirinya (Hughes, 2008). Remaja yang mengalami permasalahan seperti putus cinta, memerlukan resiliensi untuk mengatasi serta merespon secara positif dan memanfaatkan kondisi tidak menyenangkan seperti kesedihan untuk memperkuat diri, sehingga mampu mengubah kondisi tersebut menjadi hal yang wajar untuk di atasi (Suwarjo, 2008).

Semakin tinggi resiliensi yang dimiliki individu, maka akan semakin rendah depresi yang dialami (Dewi, 2004), semakin tinggi *coping* pada individu (Rosyani, 2012; Bastian, 2012), dan semakin tinggi juga kecerdasan emosionalnya (Setyowati, 1010). Keberadaan resiliensi dalam diri individu akan mengubah suatu permasalahan menjadi tantangan, kegagalan menjadi kesuksesan serta ketidakberdayaan menjadi sebuah kekuatan. Individu akan mampu mengambil keputusan secara cepat dalam kondisi yang dianggapnya sulit dan mampu mengatasi berbagai permasalahan dengan cara mereka sendiri (Widuri, 2012). Adaptasi yang baik terhadap stres turut menjadi nilai positif dari keberadaan resiliensi (Holaday, 1997), karena individu yang memiliki resiliensi tinggi cenderung memiliki kontrol emosi yang baik sehingga mampu beradaptasi dengan situasi stres (Widuri, 2012).

Individu yang memiliki resiliensi tinggi akan memiliki *sense of humor* yang tinggi pula (Wolin, 1993). *Sense of humor* merupakan kemampuan individu dalam

menikmati hidup dengan memperluas perspektif yang dimiliki, sehingga mampu menemukan sisi lucu dalam sebuah kejadian (Irwin, 2010). *Sense of humor* akan melindungi individu dari efek yang ditimbulkan oleh *stressor* (Svebak, 2006), dalam hal ini *sense of humor* berperan dalam proses merasakan, mengamati dan mempersepsikan permasalahan (Martin, 2007). Individu dengan *sense of humor* yang tinggi, cenderung lebih sedikit mengalami stres dibanding dengan *sense of humor* yang rendah (Abel, 2002; Sukoco, 2014). Hal tersebut dapat terjadi karena *sense of humor* akan mempengaruhi evaluasi dalam kehidupan individu, termasuk stres (Mauriello, 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Novandi memperkuat pernyataan di atas, bahwa *sense of humor* dapat membantu mengatasi konflik yang ada dalam diri remaja (Novandi, 2012). Usaha remaja dalam menghasilkan humor memang cenderung lebih besar dari usia lainnya demi memenuhi kebutuhannya secara sosial (Thorson & Powell, 1997). Menurut Alport (dalam Schultz, 2005) keberadaan *sense of humor* pun menjadi penanda individu dengan kesehatan mental yang baik.

Penelitian terkait *sense of humor* dan resiliensi belum banyak ditemukan di Indonesia terutama pada remaja yang mengalami konflik putus cinta, oleh karena itu peneliti merasa tertarik untuk mengetahui hubungan antara *sense of humor* dengan resiliensi pada remaja pasca putus cinta.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka pertanyaan penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan antara *sense of humor* terhadap resiliensi pada remaja pertengahan pasca putus cinta?
2. Apakah terdapat hubungan antara dimensi-dimensi *sense of humor* dengan resiliensi pada remaja pertengahan pasca putus cinta?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada pertanyaan penelitian yang sudah dikemukakan, penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik, apakah terdapat hubungan antara *sense of humor* terhadap resiliensi pada remaja pasca putus cinta.

D. Manfaat/Signifikansi Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, penelitian ini diharapkan memiliki manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Adapun manfaat yang diharapkan oleh peneliti yaitu:

1. Manfaat Teoritis

   Secara teoritis, penelitian ini akan memberikan gambaran mengenai hubungan antara *sense of humor* terhadap resiliensi pada remaja. Selain itu, untuk menambah kajian literatur dan dapat menjadi acuan apabila di kemudian hari hendak dilakukannya penelitian serupa dengan dengan tingkatan yang lebih tinggi oleh peneliti lainnya.

2. Manfaat Praktis

   Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi remaja pertengahan untuk mengetahui informasi mengenai *sense of humor* terhadap resiliensi. Hasil penelitian ini juga diharapakan dapat bermanfaat bagi pembaca (khususnya usia remaja) guna mengetahui peranan humor dan resiliensi yang bisa digunakan dalam kehidupannya sehari-hari. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan sebagi sumber informasi mengenai *sense of humor*, resiliensi, dan hubungan antara keduanya.

E. Struktur organisasi skripsi

Struktur organisasi skripsi ini dibagi menjadi lima bab, yaitu sebagai berikut:

1. Bab I Pendahuluan

Bab ini merupakan bab perkenalan yang menguraikan tentang hal-hal yang melatarbelakangi penelitian dan penyusunan skripsi yang dibahas. Bagian

pendahuluan ini berisi latar belakang masalah penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.

2. **Bab II Landasan Teori**

Berisi konteks yang jelas terhadap topik atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian, yaitu definisi rasa humor, dimensi-dimensi dalam rasa humor, definisi resiliensi, dimensi-dimensi dalam resiliensi.

3. **Bab III Metode Penelitian**

Berisi penjelasan tentang bagaimana peneliti merancang alur penelitiannya dari mulai pendekatan penelitian yang digunakan, instrumen yang digunakan, tahapan pengumpulan data yang dilakukan, hingga langkah-langkah analisis data yang dijalankan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Konten metode penelitian terdiri dari desain penelitian, responden, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, serta analisis data.

4. **Bab IV Hasil Dan Pembahasan**

Berisi temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan bentuknya sesuai dengan urutan rumusan permasalahan penelitian dan pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

5. **Bab V Simpulan Dan Saran**

Berisi penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil temuan penelitian. Implikasi merupakan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut, dan saran terhadap masalah yang belum terselesaikan sebagai pengembangan dan perbaikan-perbaikan tentang kasus penelitian ini.