

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini membahas hal-hal yang terkait dasar penelitian seperti latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian.

A. Latar Belakang

Pandemi virus corona (covid-19) yang melanda dunia di awal tahun 2020 telah menyebabkan dampak negatif bagi warga dunia tidak terkecuali Indonesia. Di Indonesia, terhitung pada bulan Juni 2020 sebanyak 34.316 jiwa terkonfirmasi positif terinfeksi virus covid-19 dan 1.959 orang meninggal dunia (covid19.go.id). Untuk menekan angka penyebaran covid-19 pemerintah Indonesia menghimbau agar seluruh masyarakat menerapkan *social* dan *physical distancing* dengan menghindari kontak langsung dan kerumunan orang serta menghimbau masyarakat untuk tetap tinggal di rumah dan tidak beraktivitas diluar rumah (Radhitya, Nurwati, & Irfan, 2020). Penerapan *social distancing* dan *physical distancing* selama pandemi covid-19 berdampak pada berbagai aspek kehidupan salah satunya kesehatan mental seseorang, hal ini dikarenakan masyarakat yang menjalani *social* dan *physical distancing* mengalami kecemasan, gelisah, dan kesepian selama pandemi covid-19 (Ilpaj & Nurwati, 2020). Alvara Research Center (2020) mencatat bahwa sebanyak 25,4% masyarakat Indonesia mengalami kesepian selama pandemi covid-19.

Kesepian dapat dialami siapa saja dalam kehidupan sosial baik wanita maupun pria. Kesepian merupakan perasaan subjektif individu atau emosi negatif yang timbul akibat kesenjangan hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan sebenarnya (Russel, Peplau, & Cutrona, 1980). Kesepian berdampak negatif meliputi fisik dan psikologis seseorang (Cornwell & White, 2009; Child & Lawton, 2017). Individu yang kesepian akibatnya akan merasa cemas, depresi, sedih, *self pity* (Fujimori, Hayashi, Fujiwara, & Matsusaka, 2017), pola makan tidak sehat (Wedaloka & Turnip, 2019) bahkan bisa mengakibatkan tindakan bunuh diri (Sticklely & Koyanagi, 2016).

Penelitian sebelumnya menemukan bahwa tingkat kesepian lebih rentan dialami oleh individu remaja akhir yang akan memasuki universitas (Goossens dkk, 2014). Domagala Krecioch dan Majerek (2013) sendiri mengungkapkan bahwa mahasiswa adalah individu yang berada di fase peralihan dari remaja akhir menuju dewasa awal. Kelompok usia mahasiswa dimulai dari usia 18-25 tahun (Arnett, 2000). Masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal ditandai dengan tingginya resiko mengalami kesepian (Matthews

dkk, 2016). Mahasiswa seringkali mengalami kesepian sebab pada masa ini mahasiswa mengalami fase transisi ditandai dengan meninggalkan rumah, memasuki kuliah, mencari kehidupan baru dan hidup mandiri. Barth mengungkapkan bahwa fenomena kesepian dikalangan mahasiswa terjadi ketika mahasiswa memilih untuk meninggalkan rumah dan selama menimba ilmu seringkali dihadapi dengan tantangan yang menyebabkan mengalami kesepian (Pramasella, 2019).

Penelitian yang melibatkan 110 mahasiswa di PTN Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa sebanyak 68,2% mahasiswa berada pada kategori kesepian sedang. Disebutkan juga bahwa 48,2% mahasiswa mengalami kesepian emosional sedang (Miftahurrahmah & Harahap, 2020). Riset lainnya dari Labrague, De Los Stantos & Falguera (2020) pada 261 mahasiswa, menunjukkan sebanyak 56,7% mahasiswa memiliki tingkat kesepian sedang selama *lockdown* covid-19. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya bahwa *lockdown* covid-19 yang ketat menyebabkan terputusnya kontak sosial hingga berdampak pada tingginya prevalensi kesepian dialami individu terutama remaja akhir atau dewasa awal (Cauberghe dkk, 2020).

Kesepian yang disebabkan oleh mahasiswa salah satunya dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti *being unattached* (Brehm, 2002). Halim & Dariyo (2016) mengungkapkan bahwa kesepian adalah respon psikologis dari hilangnya figur kelekatan seseorang. Shemesha, Heiden dan Eden (2012) berpendapat bahwa kesepian yang dialami mahasiswa dimanifestasikan kedalam bentuk kegagalan dalam menjalin hubungan lekat dan menurunnya kepuasan pada sebuah hubungan sosial. Konsep mengenai kelekatan pertama kali dipaparkan oleh Bowlby (1979) yang mengatakan bahwa kelekatan merupakan bentuk ikatan perilaku yang kuat antara seseorang dengan orangtua dimasa kanak-kanak. Ikatan ini bersifat kekal dan mengikat seseorang sepanjang masa. Di awal kehidupan manusia, kelekatan berperan sebagai fondasi utama untuk perkembangan kognitif, sosial, dan emosional seseorang. Seiring berkembangnya individu perubahan figur kelekatan seorang yang sebelumnya pada orang tua, ketika beranjak dewasa dapat berubah menjadi pada kerabat maupun pasangan (Andayu, Rizkyanti, & Kusumawardhani, 2019). Hubungan kelekatan yang aman dapat memengaruhi proses pengembangan pribadi dan sosial seseorang (Erozkan, 2011). Dengan begitu hubungan sosial yang berlandaskan afeksi dan kasih sayang dapat membentuk pola kelekatan yang baik atau *secure attachment* (Nursyahrurahmah, 2017). Hubungan kelekatan yang aman membuat individu lebih tahan terhadap krisis dan tekanan kehidupan yang dialami individu tersebut (Bowlby, 1972).

Namun sebaliknya, kurangnya hubungan kelekatan yang aman membuat mahasiswa kesulitan dalam meregulasi emosi, berhubungan dengan orang lain, serta menimbulkan tekanan psikologis salah satunya kesepian (Erozkan, 2011). Telah banyak dilakukan berbagai penelitian terkait kelekatan dan kesepian (DiTommaso dkk, 2003).

Bartholomew & Horowitz (1991) membagi kelekatan menjadi dua tipe yaitu *secure attachment* dan *insecure attachment*, dimana *insecure attachment* terdiri dari *preoccupied*, *dismissing*, dan *fearful*. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ilhan (2012) menunjukkan bahwa *fearful* berhubungan dengan kesepian. Orang yang kesepian biasanya identik memiliki pandangan negatif terhadap dirinya maupun orang lain (*model of self* dan *others*) (Demirli & Demir, 2014). Selaras dengan pendapat Bartholomew dan Horowitz (1991) mengatakan bahwa seseorang dengan jenis kelekatan *fearful* diasosiasikan memiliki pandangan negatif pada dirinya maupun orang lain. Riset mengenai *insecure attachment* menunjukkan tingginya prevalensi kesepian pada seseorang (Pakdaman dkk, 2016).

Selain kelekatan, agar mahasiswa dapat berfungsi dengan normal di tengah pandemi covid-19 yang menyebabkan berbagai macam faktor penyebab kesepian, mahasiswa membutuhkan kemampuan daya tahan untuk beradaptasi dengan masalah, termasuk kesepian. Kemampuan untuk beradaptasi, daya tahan serta berkembang selama kesulitan dalam psikologi istilah ini dikenal dengan resiliensi. Resiliensi merupakan tolak ukur terkait strategi koping dalam setiap individu (Andriani & Listiyandini, 2017). Selain itu, resiliensi juga berperan sebagai faktor protektif yang menjaga individu dari gangguan psikologis selama bencana (Turner, 2015). Dalam merespon krisis yang terjadi selama pandemi tentu berbeda-beda, ada mahasiswa yang baik ada juga yang buruk.

Hasil penelitian Labrague, De Los Santos & Falguera (2020) mengatakan adanya resiliensi yang dimiliki mahasiswa dapat digunakan sebagai strategi koping untuk mengatasi kesepian. Secara ringkas, dapat disebutkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu dalam merespon situasi sulit (Connor & Davidson, 2003). Desmita menungkapkan konsep resiliensi dapat menjadi fondasi utama seseorang dalam membangun daya tahan psikologis (Ambarwati & Pihaniswati, 2017) dan kemampuan untuk pulih dari tantangan dan beradaptasi dengan perubahan (Legnick-Hall & Beck, 2005). Pandemi covid-19 tentu membuat sebagian masyarakat mengalami kesepian tetapi hal tersebut dapat dilewati dengan kemampuan resiliensi yang baik dan dukungan orang-orang terdekat (Cooper dkk, 2020). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dengan kesepian pada sampel dewasa

awal lajang, artinya semakin rendah resiliensi maka semakin tinggi pula tingkat kesepian (Sari & Listiyandini, 2015). Selain itu, resiliensi memiliki hubungan dengan kesepian emosional. Riset yang dilakukan terhadap mahasiswa di Filipina berusia 18-25 tahun menunjukkan bahwa resiliensi secara signifikan memengaruhi kesepian (Labrague, De Los Santos & Falguera, 2020).

Dalam penelitian tersebut disebutkan juga bahwa semakin rendah resiliensi seseorang maka kesepian emosional semakin tinggi. Kesepian yang dialami mahasiswa dapat diatasi jika mahasiswa memiliki kemampuan adaptif yang baik guna beradaptasi dengan keadaan yang baru (Harahap, Harahap, & Harahap, 2020). Adanya pandemi ini dapat melatih kemampuan resiliensi mahasiswa agar terhindar dari berbagai perilaku maladaptif. Mahasiswa yang mampu menyesuaikan dirinya dengan perubahan yang terjadi maka kemungkinan besar akan memiliki keadaan psikologis yang lebih sejahtera dan dapat bertahan ditengah suatu kesulitan (Faizah dkk, 2020).

Data mengenai kesepian pada mahasiswa di Kota Bandung selama masa pandemi covid-19 tidak mudah didapatkan, sehingga peneliti melakukan studi pendahuluan pada bulan Mei-Juni 2020. Studi pendahuluan ini melibatkan 100 partisipan mahasiswa berusia 18-25 tahun, teknik yang digunakan yaitu menyebarkan kuesioner online. Hasil studi pendahuluan pada 100 responden berusia 18-25 tahun menunjukkan bahwa 61% dari responden mengaku mengalami kesepian selama pandemi dan 16% diantaranya menyatakan merasa terisolasi.

Tabel 1.1 Hasil Studi Pendahuluan

No.	Bentuk Permasalahan Psikologis Selama Pandemi	Jumlah
1.	Kesepian	61%
2.	Terisolasi	16%

Hasil lain juga disebutkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami kesepian selama pandemi adalah mereka tidak bisa berinteraksi langsung dengan sahabat yang menyebabkan mereka kesepian. Ada juga responden merasa bahwa tidak memiliki teman untuk berbagi cerita untuk mengisi kekosongan selama pandemi. Selain itu, responden mengatakan bahwa mereka tidak punya teman yang bisa diajak berbagi cerita untuk mengisi kekosongan selama pandemi ini.

Dari studi pendahuluan yang didapatkan menunjukkan bahwa setiap mahasiswa memiliki tingkat kesepian yang berbeda-beda bahkan merasa terisolasi dari dunia luar. Meskipun sudah berkomunikasi melalui voicecall dan videocall menurut mahasiswa hal

tersebut tidak mengurangi rasa kesepian selama pandemi. Hal ini selaras dengan Banerjee & Rai (2020) yang menyebutkan bahwa penerapan karantina dan social distancing melarang aktivitas warga yang pada akhirnya membuat kalangan mahasiswa rentan mengalami kesepian.

Riset-riset mengenai kelekatan dan resiliensi saat ini semakin banyak dilakukan. Akan tetapi, dari berbagai penelitian terdahulu belum ada yang menjadikan variabel kelekatan dan resiliensi secara bersamaan sebagai variabel prediktor kesepian. Penelitian terkait resiliensi saat ini belum banyak dilibatkan sebagai variabel prediktor kesepian di Indonesia. Selain itu, belum terdapat penelitian yang melibatkan emerging adulthood khususnya mahasiswa sebagai partisipan dalam penelitian mengenai kelekatan, resiliensi, dan kesepian di Indonesia khususnya dalam masa pandemi covid-19. Peneliti memutuskan untuk menjadikan mahasiswa di Kota Bandung sebagai subjek dikarenakan sesuai dengan studi awal dimana terdapat sebagian besar mahasiswa berusia 18-25 tahun merasakan kesepian selama pandemi covid-19. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk menguji secara empiris bagaimana “Pengaruh Kelekatan dan Resiliensi terhadap Kesepian pada Mahasiswa di Kota Bandung Masa Pandemi COVID-19”.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, pertanyaan dari penelitian ini apakah terdapat pengaruh kelekatan dan kemampuan resiliensi terhadap kesepian pada mahasiswa di Kota Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data empirik mengenai pengaruh kelekatan dan resiliensi terhadap kesepian pada mahasiswa di Kota Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang didapat dari penelitian ini yaitu menambah khazanah keilmuan psikologi mengenai peran kelekatan dewasa yang memengaruhi terhadap resiliensi dan kesepian pada mahasiswa

2. Manfaat Praktis

Berikut beberapa manfaat praktis dari penelitian ini, diantaranya:

- a. Bagi mahasiswa. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman mengenai kelekatan terhadap kesepian selama masa pandemi covid-19 yang dapat dicegah dengan mengembangkan kemampuan resiliensi.

- b. Bagi Peneliti lain. Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu sumber acuan informasi untuk melakukan penelitian mengenai kelekatan, resiliensi maupun kesepian.

E. Sistematika Penulisan Skripsi

Sistematika penulisan skripsi ini dibagi menjadi lima bab, yaitu:

1. BAB I PENDAHULUAN

Bab I menjelaskan tentang bagaimana latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan Skripsi.

2. BAB II KAJIAN PUSTAKA

Bab II menjelaskan mengenai teori yang digunakan dalam penelitian dan hasil penelitian yang berkaitan dengan kelekatan, resiliensi, dan kesepian. Pada bab ini juga terdapat kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian.

3. BAB III METODE PENELITIAN

Bab III menjelaskan metode penelitian yang digunakan dalam penelitian, diantaranya desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variabel dan definisi operasional variabel, teknik pengambilan data, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, prosedur penelitian, dan teknik analisis data.

4. BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini menjelaskan mengenai hasil dan pembahasan dari penelitian yang terdiri dari gambaran umum responden, demografi responden, variabel kelekatan, resiliensi, kesepian, uji hipotesis penelitian dan pembahasan.

5. BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini menjelaskan uraian kesimpulan yang diperoleh dari temuan dan pembahasan penelitian yang telah dilakukan dan saran bagi berbagai pihak terkait dalam penelitian ini serta peneliti selanjutnya.