

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk sosial pada umumnya tidak dapat menjalani kehidupan secara sendiri, selalu berusaha menjalin hubungan dengan orang lain, mencoba mengenali dan memahami kebutuhan satu sama lain, membentuk interaksi, serta berusaha mempertahankan interaksi tersebut (Pearson dalam Wisnuwardhani,2009). Interaksi sosial sendiri memiliki arti yaitu sebuah proses sosial yang mempunyai hubungan dengan berbagai cara berhubungan (Soerjono Soekanto,1994). Dengan bertujuan untuk dapat memenuhi kebutuhan hidup satu sama lain baik secara individu maupun secara kelompok. Dalam hal ini interaksi sosial adalah kunci dari semua kehidupan sosial, tanpa interaksi sosial tidak akan mungkin ada kehidupan bersama (Kimball Y & Raymond W. M, 1954). Pada interaksi sosial dapat memungkinkan terjalannya hubungan yang khusus antara laki-laki dan perempuan untuk dapat memenuhi kebutuhan hidup masing-masing individu tersebut. Hubungan khusus tersebut bisa salah satunya dengan berpacaran. Berpacaran (*dating*) adalah salah satu aktivitas yang banyak dijalani oleh remaja. Perkembangan psikologis pada masa remaja memungkinkan adanya ketertarikan terhadap lawan jenis dan keinginan untuk membentuk hubungan yang lebih dari sekedar teman atau sahabat (Pritha Khalida,2010).

Berpacaran pada usia remaja memiliki berbagai macam alasan yaitu untuk membantunya mendapatkan jati dirinya, melepaskan stres yang ia rasakan, mengeksplorasi dirinya sendiri, memahami orang lain, menjadi pondasi untuk relasi intim di masa depan, memperbaiki sikap serta meningkatkan keterlibatan dalam bersekolah (Berk dalam Tridarmanto,2017). Selain itu juga berpacaran dalam usia remaja dipercaya dapat meningkatkan kepercayaan diri remaja itu sendiri dalam menjalani harinya sehingga *Self Esteem* dalam dirinya dapat terbentuk oleh karena pengakuan dari teman sebayanya (Harter dalam Santrock, 2014). Dalam menjalani hari-hari berpacaran tersebut, ada beberapa resiko dan juga keuntungan yang mungkin remaja temukan. Resikonya adalah menurunnya prestasi akademik dan terlibat dalam perilaku nakal (Berk,2014). Selain itu juga berpacaran pada usia remaja dapat menjerumuskan mereka kedalam seks pranikah, karena menganggap tindakan demikian sebagai wujud kelekatan antara dua orang yang sedang jatuh cinta (De Guzman & Diaz, 1995). Namun memang tidak bisa dipungkiri bahwa berpacaran juga sebagai buah dari proses sosialisasi dan menolong para remaja untuk belajar berinteraksi dengan orang lain, serta membantunya belajar tentang norma dan aturan yang berlaku didalam masyarakat, proses belajar norma terjadi dari penerimaan dan penolakan yang mungkin terjadi didalam masyarakat. Menurut Brooks, et al (dalam Santrock, 2014) berpacaran memiliki manfaat yaitu proses belajar tentang keakraban dan merupakan sebuah kesempatan untuk menciptakan hubungan yang unik dan berarti dengan seseorang dari lawan jenisnya. Hal tersebut dapat berupa keakraban, kebersamaan, komitmen, konflik, dan proses untuk memperbaiki atau mengakhiri suatu hubungan. Selain itu pula, pengalaman berpacaran memberi kontribusi untuk mengenali proses pembentukan dan perkembangan identitas mereka, dan untuk membedakan mereka dari keluarga mereka. Senada dengan Brooks (dalam Santrock,2014), Erickson (dalam Santrock, 2003) mengatakan bahwa pengalaman

romantis pada masa remaja dipercaya memainkan peran yang penting dalam perkembangan identitas dan keakraban. Dari penjelasan tersebut berpacaran memang memiliki beberapa resiko, namun tidak selamanya berpacaran yang dilakukan oleh para remaja itu buruk, karena dengan berpacaran interaksi sosial yang mereka bangun dapat membantu remaja melewati tahapan perkembangannya.

Pada tahap perkembangannya, masa remaja dapat dibedakan menjadi masa remaja awal dan masa remaja akhir, dimana pada masa remaja awal perubahan pubertal terjadi dan di masa remaja akhir minat karir, pacaran, dan eksplorasi identitas sering kali menonjol pada masa remaja akhir dibandingkan pada masa remaja awal (Santrock, 2007). Pada masa remaja dipercaya sebagai masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dan terjadi secara kontinu. Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang terjadi sebelumnya, melainkan sebuah peralihan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Pada masa ini remaja mulai mengembangkan minatnya, salah satunya yaitu berpacaran, menjalani hubungan khusus dengan lawan jenisnya, dan mulai mengembangkan kepercayaan dirinya sampai pada kematangannya di masa dewasa. Seorang remaja yang berhasil menjalani hubungan khusus dan berkualitas maka akan membentuk identitas diri yang positif sehingga dapat membantunya menjalani hubungan yang lebih khusus lagi di masa dewasa awal, sebaliknya bila seorang remaja tidak berhasil membentuk identitas diri yang positif maka akan membuatnya terhambat dalam menjalani hubungan yang lebih baik lagi di masa dewasa awal.

Masa dewasa awal adalah masa dimana mereka yang tergolong dalam rentang usia 20 – 30 tahun dan krisis yang terjadi adalah *Intimacy vs Isolation* dimana individu diharapkan mampu membentuk hubungan positif yang erat dengan lawan jenisnya (Erickson dalam Alwisol, 2009). Erikson memandang perkembangan hubungan yang intim sebagai tugas penting dewasa awal. Selain itu juga menurut Santrock (2002) pada masa ini individu mulai mengembangkan suatu kehidupan yang mandiri secara pribadi maupun ekonomi, saat untuk mengembangkan karier, memilih teman hidup, mulai belajar untuk menjalin suatu relasi yang intim dengan seseorang, memulai kehidupan berkeluarga serta membesarkan anak. Kebutuhan untuk membentuk hubungan yang kuat, stabil, dekat, dan penuh perhatian merupakan motivator penting dari tingkah laku manusia (Papalia, 2013). Hal ini berarti relasi berpacaran antara individu remaja berbeda dengan individu dewasa awal. Pada remaja berpacaran dianggap sebagai eksplorasi diri juga membantunya mendapatkan jati dirinya, sedangkan pada individu dewasa awal berpacaran bagi mereka bertujuan untuk dapat menyatukan diri, membentuk hubungan yang kuat untuk dapat membangun kehidupan berkeluarga dan juga membesarkan anak. Keintiman memang dapat diekspresikan melalui persahabatan, cinta, dan seksualitas. Dalam mengekspresikan keintiman mereka pada masa dewasa awal, Sternberg (1986) mengemukakan bahwa cinta memiliki tiga dimensi yaitu hasrat (*passion*), keintiman (*intimacy*), dan komitmen/keputusan (*commitment/decision*). Ketiga dimensi tersebut haruslah seimbang untuk dapat membentuk *Consummate Love*, yaitu cinta yang dijalankan oleh sepasang individu yang sudah memiliki komitmen untuk bersama, adanya keintiman dalam hubungan mereka, dan juga adanya hasrat di dalam hubungan mereka. Dalam perjalanan hubungan berpacaran bisa saja hanya timbul unsur intimasi dan hasrat, dan hal inilah yang disebut sebagai *Romantic Love*.

Diduga dalam *Romantic Love* akan mudah terjadinya ketegangan, seperti kecurigaan, putus asa, marah, stress, bahkan sampai menimbulkan sikap agresif seperti memukul atau juga membunuh.

Hal tersebut dapat terjadi karena dalam hubungan tersebut terjadi ketidaksetiaan individu dan adanya rasa tidak percaya kepada pasangan dikarenakan tidak adanya unsur komitmen. Walaupun juga adanya persepsi dari individu bahwa pasangannya tidak setia (Harris, 2000). Sehingga pasangan yang sedang menjalin hubungan romantis dapat menjadi *posesif* atau *overprotectif*. Namun apabila sikap *overprotectif* tersebut menjadi berlebihan maka bisa menjadi posesif atau merasa memiliki yang begitu besar. Dari sifat posesif inilah dapat memunculkan sifat agresif ataupun juga sifat cemburu dalam hubungan romantis. Cemburu didalam hubungan percintaan disebut sebagai *Romantic Jealousy* (Bringle dalam Yulianto, 2010)

Cemburu dapat diartikan sebagai rangkaian emosi, kognisi, dan sikap yang memang dapat terjadi dalam hubungan romantis ataupun dalam pertemanan dan hal tersebut sudah biasa terjadi. Hupka dkk dalam Yulianto (2010) mengatakan "*Romantic Jealousy is emotions, cognitions, and behaviour associated with the appraisal of the threat arising from the potential, actual, or imagined involvement of the one's loved one or mate in relationship with an interloper.* Dengan demikian kecemburuan dapat terjadi dalam hubungan berpacaran, namun sangat bergantung pada situasi di mana individu mempersepsikan adanya ancaman dalam hubungan mereka. Selain itu juga cemburu dapat diakibatkan oleh kekhawatiran berlebih, kecurigaan dan persepsi bahwa teman atau orang lain lebih baik dibandingkan dirinya. Reaksi cemburu tersebut bisa menuju ke arah yang tidak baik, sebagai contoh pada kasus Prada DP yang tega membunuh dan memutilasi kekasihnya (daerah.sindonews.com).

Menurut berita tersebut diketahui tersangka Prada DP dan kekasihnya memang berpacaran. Sebelum terjadinya pembunuhan tersebut, tersangka diketahui merasa cemburu karena mendapati *handphone* korban yang sudah berganti passwordnya, sehingga ia mulai berfikir bahwa korban berselingkuh dan merasa lebih baik korban meninggal daripada berpacaran dengan pria lain selain dirinya. Namun fikiran tersebut diketahui tidaklah benar, Prada DP merasa takut bahwa hubungannya dengan korban akan berakhir. Karena rasa takutnya itu, akhirnya tersangka kabur dari tempat pendidikan dan menemui korban untuk membunuh dan memutilasi kekasihnya. Dari cerita tersebut, diketahui bahwa sifat cemburu dapat membawa dampak buruk, seperti sifat posesif yang memungkinkan timbulnya sikap agresif karena merasa menjadi pemilik atau merasa memiliki yang begitu besar, sampai tidak rela jika ia kehilangan sesuatu yang menjadi kepunyaannya.

Namun tidak selamanya sifat cemburu menimbulkan reaksi negatif, sebagai contoh seorang artis bernama Amanda Manopo mengatakan bahwa ia tidak merasa cemburu jika Billy dekat dengan perempuan lain. Menurutnya ia bukan tipe wanita pencemburu, ia juga menuturkan "ya kalau misalkan aku sayang kamu, aku percaya kamu, kamu Cuma punya aku. Jadi kalau misalkan sampai perempuan lain *gimana-gimana* yaudah, aku cuma percaya ya kamu cuma buat aku (<https://diadona.id>). Bahkan penyanyi bernama Marcello Tahitoe atau Ello, sempat merasa cemburu namun tidak bereaksi secara negatif ketika melihat kekasihnya beradegan ciuman dengan lawan mainnya, Adipati Dolken (<https://entertainment.kompas.com>). Untuk

dapat membuat Ello merasa nyaman, pasangannya lebih mengkomunikasikan setiap adegan yang akan dilakukan karena bagaimanapun Ello akan menonton film yang dilakoni oleh kekasihnya. Dari contoh berita tersebut dapat diambil benang merah bahwa mereka yang memiliki tingkat *romantic jealousy* yang tinggi akan merasakan dirinya menjadi takut kehilangan, posesif, cemas, bahkan stres emosional, marah, kecewa, dan depresi. Namun sebaliknya mereka yang memiliki tingkat *romantic jealousy* yang rendah maka akan menjadi nyaman dalam menjalani hubungan, percaya kepada pasangan, dan merasa yakin kepada pasangan sehingga emosi negatif seperti marah, kecewa, stres, dan depresi tidaklah terjadi.

White dalam Demirtaz & Donmez (2006) menyatakan bahwa kecemburuan sebagai hasil dari rendahnya harga diri. Pendapat tersebut didukung oleh Buunk (Russel & Harton, 2005) yang mengungkapkan bahwa ada perbedaan tingkat kecemburuan antara individu yang memiliki harga diri positif dengan individu yang memiliki harga diri negatif. Dengan demikian tergambar bahwa salah satu aspek yang dirasa memiliki pengaruh pada kecemburuan adalah harga diri (*Self Esteem*). Diketahui bahwa cemburu dapat meningkatkan rasa percaya diri karena pasangan kekasih merasa bahwa dirinya berharga, selain itu juga kepercayaan diri seseorang bisa ditimbulkan oleh adanya dukungan sosial dari orang-orang disekitarnya (Sakti & Rozali, 2015). Karena individu merasa diakui oleh kekasihnya dan juga adanya rasa didukung oleh orang sekitar sehingga akan menaikkan rasa keberhargaan dirinya. Maka dengan demikian hubungan romantis ataupun pertemanan yang terjadi dalam interaksi sosial pada dewasa awal dikatakan berhasil. Namun apabila individu merasa dirinya tidak layak dan menolak dirinya, ia menjadi merasa terasingkan atau terisolasi sosial sehingga membuat individu tersebut tidak berhasil atau tidak mampu bekerjasama dengan orang lain melalui intimasi yang sebenarnya (Erikson, dalam Alwisol, 2009).

Harga diri (*Self Esteem*) sendiri adalah dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri (Santrock, 2003). Pentingnya memiliki harga diri yang tinggi menjadi kunci keberhasilan suatu hubungan intimasi yang dijalani oleh seorang individu. Pelabelan citra diri yang buruk dapat membuat individu merasa cemas dan takut akan ditinggalkan oleh kekasihnya, padahal penghargaan dari kekasihnya atau orang lain dapat menaikkan harga diri dari individu tersebut karena ia merasa di terima dan juga berharga. Dalam suatu jalinan relasi intim dengan orang lain, ia dapat mempercayai dirinya sendiri, ia dapat berperilaku apa adanya, membuka diri apa adanya pada orang lain dan tidak cemas akan kehilangan orang lain. Sebaliknya seorang pribadi yang punya pandangan negatif tentang dirinya sendiri akan cenderung cemas dalam mengelola relasi dengan orang lain. Ia cemas untuk membuka diri apa adanya karena khawatir orang lain akan memandang dirinya buruk dan meninggalkannya. (Iman, 2016). Dengan demikian seseorang yang memiliki harga diri yang positif ia akan menilai bahwa dirinya berharga dan dapat menghargai orang lain sehingga ia mampu mengontrol dirinya, ia mampu mengekspresikan dirinya, dan dapat menerima kritik dari orang lain. Sebaliknya mereka yang memiliki harga diri negatif menilai bahwa dirinya tidak berharga, memiliki perasaan tidak mampu, dan tidak merasa dirinya diterima

Dari penjelasan tentang harga diri sebelumnya, tergambar bahwa harga diri seseorang memiliki pengaruh terhadap kehidupan hubungan romantis pasangan dewasa awal terhadap tingkat kecemburuannya, dikarenakan seseorang dengan *Self Esteem* positif memiliki rasa

diakui dan dihargai oleh pasangannya sehingga ia menjadi percaya diri, merasa dirinya layak dan berharga sehingga ia memiliki tingkat *romantic jealousy* yang rendah. Sebaliknya individu dengan *Self esteem* negatif tidak memiliki rasa percaya akan dirinya dan menganggap dirinya tidak berharga, sehingga ia merasa cemas dan takut akan di tinggalkan oleh kekasihnya, sehingga menimbulkan tingkat *romantic jealousy* yang tinggi. Dari penelitian yang dilakukan oleh Buunk(dalam Russel & Haton,2005) mendapati hasil bahwa ada perbedaan tingkat kecemburuan pada seorang individu berdasarkan harga diri mereka, dimana individu dengan harga diri negatif akan lebih pencemburu dibandingkan mereka yang memiliki harga diri yang positif. Namun pada penelitian lain menemukan bahwa kecemburuan berkorelasi tinggi terhadap tipe relasional, harga diri, usia, kepuasan relasional, dan seks (Demirtas & Donmez,2006). Berkaca dari penelitian yang dilakukan sebelumnya, oleh sebab itu penulis ingin melihat dan mencoba membuktikan bahwa individu dewasa awal yang sedang berpacaran, memiliki tingkat harga diri/*Self Esteem* yang positif akan diikuti oleh tingkat kecemburuan/*Romantic Jealousy* yang rendah. Disamping itu penulis juga ingin melihat berapa signifikan pengaruh dari harga diri/*Self Esteem* terhadap kecemburuan/*Romantic Jealousy*.

1.2 Rumusan Masalah

Dari gambaran latar belakang diatas, maka penulis memiliki perumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh *Self Esteem* terhadap *Romantic Jealousy* pada individu kekasih dewasa awal
2. Bagaimana gambaran *Self Esteem* dan *Romantic Jealousy* pada individu dewasa awal

1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Self Esteem* terhadap *Romantic Jealousy*.

1.3.2 Manfaat

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang Psikologi Perkembangan dan juga dalam Psikologi Klinis

2. Praktis

Penelitian ini diharapkan :

1. Dapat memberikan pengetahuan bagi pembaca khususnya mereka yang sedang menjalin hubungan kekasih untuk dapat mengetahui pengaruh *Self Esteem* terhadap *Romantic Jealousy* yang mereka rasakan
2. Dapat memberikan inspirasi bagi pasangan kekasih agar mampu membina relasi yang sehat dan saling percaya

1.4 Kerangka berfikir

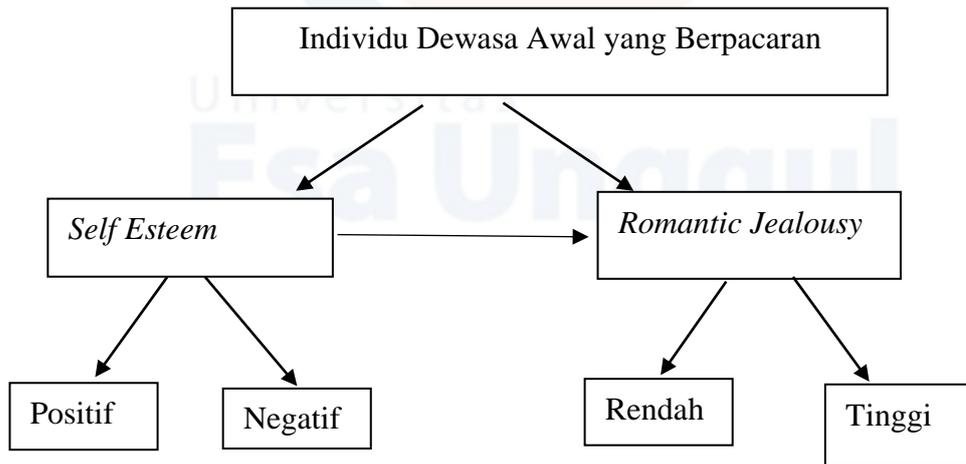
Pada masa dewasa awal tugas perkembangan yang terjadi adalah *Intimacy vs Isolation*, dimana individu dewasa awal diharapkan mampu untuk membentuk hubungan positif yang erat dengan lawan jenisnya. Dengan kata lain mereka diharapkan dapat menjalani hubungan berpacaran. Untuk dapat menjalin hubungan yang positif tersebut, individu memerlukan *self esteem* yang positif sehingga tercipta hubungan yang harmonis dan diharapkan dapat melanjutkan ke jenjang pertunangan bahkan sampai pernikahan. Selain itu juga, *self esteem* dibutuhkan untuk dapat membuat tingkat *romantic jealousy* atau kecemburuan menjadi rendah yang akan ditemukan dalam menjalani masa berpacaran.

Self esteem atau harga diri adalah penilaian diri yang dilakukan oleh individu yang berkaitan dengan dirinya sendiri, yang mencerminkan sikap penerimaan dan penolakan, menunjukkan seberapa jauh individu tersebut percaya bahwa dirinya mampu, penting, berhasil, serta berharga

Individu yang memiliki *self esteem* yang positif maka akan memiliki perasaan berharga dimana ia merasa bahwa dirinya berharga dan dapat menghargai orang lain sehingga ia mampu untuk mengontrol tindakannya terhadap dunia luar, juga mampu mengekspresikan dirinya dengan baik, lalu dapat menerima kritik dengan baik. Individu juga memiliki perasaan mampu dimana ia merasa bahwa ia mampu mencapai hasil yang diharapkan yaitu menikah, individu tersebut memiliki nilai dan sikap yang demokratis serta orientasi yang realistis, ia tidak cepat bingung bila segala sesuatu berjalan tidak sesuai rencana, mereka juga tidak menganggap dirinya sempurna tetapi sadar akan keterbatasan diri dan berusaha agar ada perubahan dalam dirinya. Bila individu tersebut sudah mencapai tujuannya maka ia akan merasa dirinya tinggi. Selain itu juga individu yang memiliki *self esteem* positif ia akan memiliki perasaan diterima, dimana ia memiliki perasaan bahwa ia diterima di kelompok atau individu lawan jenisnya. Ketika ia diterima oleh individu tersebut maka ia akan merasa diterima serta dihargai oleh kelompok atau individu lawan jenisnya. Sehingga dengan demikian akan dapat membuat tingkat *romantic jealousy* individu tersebut akan rendah. Dengan rendahnya tingkat *romantic jealousy* seorang individu maka akan dapat menekan tingkat kekhawatiran, kecurigaan, sederet emosi seperti marah, perasaan tidak aman, ketakutan, dan kesedihan. Selain itu pula, tingkat *romantic jealousy* yang rendah akan mampu menurunkan sikap overprotektif terhadap pasangan, seperti menanyakan, memeriksa, dan mencari keberadaan pasangannya

Namun apabila individu yang berpacaran tersebut memiliki tingkat *self esteem* yang negatif, dimana ia tidak memiliki perasaan berharga, memiliki perasaan tidak mampu, atau juga tidak merasa dirinya diterima, maka akan menyebabkan tingkat *romantic jealousy* menjadi tinggi. Dengan demikian maka akan terjadi perasaan takut kehilangan, cemas, sakit, kemarahan terhadap pengkhianatan, mudah terluka, kecurigaan, dan putus asa. Selain itu juga dapat melibatkan emosi negatif seperti marah pada pihak ketiga atau kepada pasangan, stres emosional, stres fisik, dan depresi

Berikut ini adalah bagan kerangka berfikir dari pengaruh *self esteem* terhadap *romantic jealousy* individu dewasa awal.



Gambar 1.1 Kerangka Berfikir

1.5 Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Terdapat pengaruh negatif antara *Self Esteem* dengan *Romantic Jealousy* pada individu dewasa awal.