

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Manusia tidak dapat hidup sendiri dan senantiasa berhubungan dengan sesamanya. Manusia tidak dapat mengingkari bahwa secara langsung maupun tak langsung manusia membutuhkan kehadiran manusia lain dalam kehidupannya. Relasi sosial ini terjadi antar sesama jenis kelamin dan beda jenis kelamin. Selain itu, relasi sosial juga memiliki tahap kedekatan dan keintiman yang bervariasi mulai dari hubungan sekedar kenal, berteman, bersahabat, berpacaran sampai dengan pernikahan.

Tahap berpacaran adalah tahap penjajakan, individu mulai melakukan penyesuaian agar terjadi keselarasan dalam relasi yang dijalaninya. Ketika kedua individu tersebut merasa saling sesuai dan berhasil menjaga keselarasan diantara dua individu tersebut maka relasi dapat berlanjut ke tahap pernikahan, akan tetapi bila salah satu ataupun kedua belah pihak tidak mampu untuk saling menyesuaikan dan merasakan ketidakcocokan maka relasi dapat mengalami konflik-konflik yang berkepanjangan sampai mengakibatkan perpisahan.

Masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun (Hurlcok, 2000, h.246). Transisi menuju ke masa dewasa ditandai dengan beberapa kejadian seperti berakhirnya masa

sekolah, bekerja, tinggal terpisah dari orang tua, menikah, dan mempunyai anak. Kejadian-kejadian ini dapat muncul secara berurutan atau pun bersamaan, dengan waktu dan pola yang berbeda bagi tiap individu dan kelompok (Schaie dan Willis, 1991, h.33).

Tahap perkembangan dewasa Erikson (Crain, 2007, h.445) berisi langkah-langkah manusia memperlebar dan memperdalam kapasitas mencintai dan memperhatikan orang lain. Pada masa remaja sebelumnya, mereka hanya berpusat kepada diri sendiri. Mereka menjadi tertarik secara seksual kepada orang lain bahkan jatuh cinta, namun kedekatan itu sering kali hanya bertujuan untuk mendefinisikan dirinya sendiri. Masa remaja, jika terlalu asyik dengan siapa dirinya dan tugas apa yang harus dipilih untuk menyongsong masa dewasa – intinya mencapai sebuah keintiman. Namun hanya orang yang merasa aman dengan identitasnya saja, yang sanggup kehilangan dirinya di dalam hubungan timbal-balik sejati dengan orang lain.

Tugas-tugas perkembangan masa dewasa awal dipusatkan pada harapan-harapan masyarakat dan mencakup mendapatkan suatu pekerjaan, memilih seorang teman hidup, belajar hidup bersama dengan suami atau istri membentuk suatu keluarga, membesarkan anak-anak mengelola sebuah rumah tangga, menerima tanggung jawab sebagai warga negara dan bergabung dalam suatu kelompok sosial yang cocok (Hurlock, 2000, h.252). Ketika orang dewasa mencoba untuk menguasai dua atau lebih ketrampilan serempak

biasanya menyebabkan kedua-duanya kurang berhasil. Oleh sebab itu dengan mencoba menyesuaikan diri pada dua peran secara serempak juga tidak memberikan hasil yang baik dalam upaya penyesuaian diri. Sulit bagi orang muda yang sedang menjadi dewasa untuk berhasil dalam memilih karier sekaligus memilih pasangan hidup (Hurlock, 2000, h.249). Kegagalan dalam menguasai tugas-tugas perkembangan masa dewasa awal yang mengakibatkan kegagalan memenuhi harapan sosial dalam berbagai aspek perilaku mempengaruhi penyesuaian pribadi dan social seseorang.

Banyak masalah yang muncul pada masa dewasa awal ketika seseorang mulai menjalin relasi intim dengan jenis kelamin yang berbeda. Salah satu masalah yang kerap muncul adalah ketika seseorang tidak mampu mengembangkan *intimacy* yang baik dalam dengan pasangannya. Berdasarkan observasi dan wawancara dengan beberapa mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata, kegagalan dalam menjalin relasi intim dengan pasangan juga dialami oleh mahasiswa-mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata. *Intimacy* yang kurang baik dapat mengakibatkan beberapa permasalahan dalam relasi intim seperti hubungan yang kurang harmonis, konflik berkepanjangan, perselingkuhan, sampai putusnya hubungan dengan pasangan.

Sebuah survei dilakukan oleh majalah Men's Health dan Glamour ([www.menshealth.com](http://www.menshealth.com)) terhadap lebih dari 5000 wanita

menyatakan bahwa terdapat beberapa alasan mengapa wanita memutuskan pasangannya yaitu karena terlalu banyak argumen dan konflik (26%), tidak ada *chemistry* (18%), menemukan laki-laki yang lebih baik (14%), pasangan berselingkuh (11%), pasangan tidak mau berkomitmen (11%), pasangan bukan calon suami yang baik (9%), subyek tidak ingin berkomitmen (8%), seks yang membosankan (3%). Menurut statistik, setiap harinya diperkirakan ada satu kisah putus cinta untuk setiap dua puluh pasangan di dunia ini ([www.putuscinta.com](http://www.putuscinta.com)), sedangkan menurut survey dari Broken Heart 911 ([www.brokenheart911.com](http://www.brokenheart911.com)) terdapat tiga dari lima relasi intim yang berakhir dengan putus cinta.

Hal ini menunjukkan bahwa menjalin relasi intim yang baik dan mampu bertahan lama bukanlah hal yang mudah. Individu yang gagal dalam mengembangkan *intimacy* akan menjadi individu yang kurang peduli kepada orang lain, bertindak sesuka hati, mengisolasi/menutup diri dari cinta, persahabatan dan masyarakat. Menurut Erikson ketidakmampuan untuk membangun dan mempertahankan relasi intim pada masa dewasa akan mengakibatkan konsekuensi negatif ketika menginjak tugas di tahap selanjutnya yaitu *generativity* yaitu perluasan cinta ke masa depan, tercermin dalam sikap mempedulikan orang lain yang mencakup rencana-rencana orang dewasa dan apa yg mereka harapkan untuk membantu generasi muda. Hal-hal tersebut diatas menunjukkan bahwa *intimacy* adalah penting untuk diteliti.

Salah satu faktor yang berperan besar dalam kelanggengan relasi berpacaran atau pernikahan adalah *intimacy*. Di satu sisi, *intimacy*, adalah kebutuhan yang penting sehingga semua orang menginginkannya. Seseorang ingin orang lain menjadi intim sehingga orang lain mengurangi pertahanannya, membuka semua luka-lukanya, melepaskan topeng dan kepalsuannya, menjadi dirinya sendiri apa adanya. Di sisi lain, semua orang takut akan *intimacy*, seseorang ingin menjadi intim dengan orang lain tetapi tidak mau mengurangi pertahanannya. Ini adalah salah satu konflik diantara pasangan ketika tidak ada yang ingin mengurangi pertahanannya dan tidak ada yang ingin menjadi apa adanya, jujur dan terbuka. Namun keduanya membutuhkan *intimacy* (Osho, 2001, h.viii).

Relasi intim belum benar-benar terbentuk sampai seseorang mencapai tahap dewasa seperti yang diungkapkan oleh Steinberg (1993, h.318) *intimacy* yang sesungguhnya akan muncul pertama kali pada masa dewasa. Selain itu dalam teori Erikson (Steinberg, 1993, h.347) juga dinyatakan bahwa krisis psikososial pada masa dewasa awal ditandai dengan *intimacy versus isolation*. Jika individu tidak mampu mengembangkan *intimacy* individu tersebut akan mengalami *isolation* yaitu keadaan dimana seseorang tidak dapat membangun relasi yang intim dengan orang lain, tersingkirkan, menyendiri dan kesepian. Untuk dapat mengembangkan *intimacy*, individu pertamanya harus mampu mengembangkan identitas diri yang baik sebelum

dapat mengembangkan relasi yang intim dengan orang lain. Selama tahap ini, individu berjuang untuk mengembangkan sebuah cara berelasi yang lebih dewasa, termasuk kebersamaan dan perasaan aman dalam diri seseorang di dalam sebuah relasi romantis.

Sebagian besar orang dewasa menginginkan relasi yang intim dan mendalam, dan banyak pasangan memang memiliki relasi yang ditandai dengan keterdekatan dan perasaan aman, namun untuk menciptakan dan menjaga level *intimacy* yang dapat menjaga relasi tetap memuaskan tidaklah mudah. Untuk mengetahui penyebab *intimacy* yang kurang baik, maka menurut Myers (2005, h.458) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *intimacy* yaitu *attachment*, *equity*, dan *self-disclosure*.

Menurut Baron dan Byrne (1997, h.408) *attachment* yang seseorang pelajari ketika masih bayi dan kanak-kanak akan bertahan sepanjang hidup, dan akan digeneralisasikan ke dalam segala bentuk relasi dengan orang lain. Orang-orang dengan *secured attachment style* dapat mengembangkan *intimacy* yang dewasa dan bertahan lama. Dengan kata lain, harapan seseorang terhadap orang lain yang dipelajari dari orang tua akan bertahan sampai dewasa dan mempengaruhi relasi dalam sepanjang hidupnya.

Penelitian yg dilakukan oleh Mickelson dkk (Brehm dkk, 2002, h.14) menunjukkan bahwa sekitar 60 persen manusia memiliki *secure*

*attachment* dan yang penting adalah kecenderungan *attachment* mempengaruhi pikiran, perasaan dan perilaku manusia dalam relasinya. Orang-orang dengan *secure attachment* cenderung lebih puas dengan relasi intim mereka. Orang-orang dengan *secure attachment* lebih mempercayai pasangannya, dan orang yang *secure* lebih mengingat kejadian-kejadian positif dibanding dengan orang-orang yang *insecure*. Selain itu orang-orang yang *secure* dibanding orang-orang yang *insecure* lebih terbuka terhadap informasi baru ketika menilai pasangannya (Brehm dkk, 2002, h. 111). Orang yang *secure* juga lebih dapat memahami pasangannya dibanding orang yg *insecure*.

Apabila masing-masing pasangan dalam sebuah relasi mengejar hasrat masing-masing maka relasi itu akan hancur. Oleh karena itu manusia belajar untuk saling bertukar imbalan, yang oleh Hatfield dkk (Myers, 2005, h.260) disebut dengan prinsip *equity of attraction* yaitu apa yang anda dan pasangan anda dapatkan dalam sebuah relasi harus proposional dengan apa yang masing-masing berikan. Ketika dua orang individu ingin mendapatkan hasil yang sama, maka dua individu tersebut harus memberikan kontribusi yang sama juga. Sebaliknya, jika tidak seimbang maka salah satu atau yang lainnya akan merasa bahwa relasi itu tidak adil. Dengan kata lain, manusia menyukai orang yang memberi lebih banyak imbalan dan

lebih sedikit menghukum dari yang diharapkan (Stevens-Long, 1984, h.142).

Hatfield dan Berscheid (Stevens-Long, 1984, h.142) menyatakan bahwa *intimacy* seharusnya tidak hanya memberi imbalan, tetapi juga harus adil (*equitable*). *Equity* adalah didasarkan pada jumlah dari aset seseorang dikurangi jumlah dari kekurangannya. Distres muncul jika hasil tidak seimbang/adil bagi kedua belah pihak. Pihak pemenang dalam relasi yang tidak adil akan merasa bersalah, tidak cocok, dan ketakutan akan balas dendam (sekaligus empati) dari pihak yang kalah. Di sisi lain, pihak yang kalah akan merasa marah dan dendam.

Selain pendapat-pendapat diatas, sebagian besar penulis tentang *intimacy* setuju bahwa *intimacy* melibatkan *self-disclosure* yaitu pasangan terbuka satu sama lain, khususnya dalam hal masalah pribadi. Pada kenyataannya, *intimacy* muncul dan berkembang ketika *self-disclosure* muncul diantara dua individu. *Self-disclosure* yang intim adalah salah satu hal yang menyenangkan dari *companionate love*. Pasangan kekasih dan suami istri yang terbuka satu sama lain menunjukkan kepuasan dalam relasinya dan dapat lebih mempertahankan relasinya (Myers, 2005, h.464).

Rubin (Stevens-Long, 1984, h.140) menyatakan bahwa *self-disclosure* harus bersifat timbal balik (*mutual*) dan dalam kadar yang



cukup. Relasi yang akrab membuat seseorang mampu menjadi dirinya sendiri dan merasa diterima. Manusia mendapatkan pengalaman indah ini dalam sebuah pernikahan yang bahagia atau persahabatan yang akrab yaitu ketika kepercayaan menggantikan kekawatiran dan ketika seseorang bebas untuk membuka dirinya sendiri tanpa rasa takut kehilangan perhatian dari orang lain. Manusia tidak hanya menyukai orang yang membuka diri, tetapi seseorang juga menjadi terbuka kepada orang yang disukainya dan hal itu membuatnya semakin menyukai orang tersebut.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti berpendapat bahwa perkembangan *intimacy* mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata terbentuk seperti itu pula. Kemampuan mahasiswa dalam melakukan *intimacy* dipengaruhi oleh tingkat *secure attachment* dan *self-disclosure* dengan pasangan. Mahasiswa yang memiliki tingkat *secure attachment dan self-disclosure* yang tinggi akan memiliki kemampuan *intimacy* yang lebih baik daripada mahasiswa yang memiliki tingkat *secure attachment dan self-disclosure* yang rendah.

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan secara empiris antara *secure attachment dan self-disclosure* dengan *intimacy* pada masa dewasa awal dengan pasangannya.

## C. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi Psikologi khususnya Psikologi Perkembangan dan Psikologi Sosial. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi bagi peneliti-peneliti selanjutnya yang ingin mengadakan penelitian tentang *intimacy*.

### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan acuan untuk membantu membangun dan menjaga *intimacy* seseorang dengan pasangannya, dalam hubungannya dengan *secure attachment* dan *self-disclosure*.

