

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Sejak memasuki usia remaja, individu mulai menjajaki hubungan romantis dengan orang lain dan hal tersebut berlanjut ketika memasuki dewasa awal (Santrock, 2011). Usia dewasa awal dicirikan dengan rentang usia 18 sampai 25 tahun (Arnett dalam Santrock, 2011). Dewasa awal ditandai dengan adanya berbagai ciri dan tanggung jawab baru yang diterima individu. Menurut Havighurst (dalam Putri, 2018), salah satu tanggung jawab yang baru diterima oleh individu pada usia dewasa awal adalah memiliki pasangan yang cocok untuk dilanjutkan pada jenjang berikutnya. Pada masa dewasa awal, individu dihadapkan pada tugas perkembangan untuk menikah dan membangun keluarga, sehingga wajar saja individu menggunakan penajakan melalui pacaran untuk menentukan pasangan yang tepat ke jenjang yang lebih serius (Hurlock, 2017).

Menurut Papalia, Olds, dan Feldman (2009), membangun hubungan dengan lawan jenis melalui sebuah proses yang biasa disebut dengan pacaran. Dalam berpacaran, sangatlah wajar muncul intimasi antara lawan jenis yang bertujuan dalam komunikasi, menjaga hubungan, dan mendapatkan kepuasan dalam hubungan (Agusdwitanti, Tambunan, & Retnaningsih, 2015). Hubungan pacaran pada dewasa awal tentunya memiliki perbedaan pola dengan pacaran pada masa remaja. Bouchey dan Furman (2003) mengungkapkan bahwa remaja memandang suatu hubungan pacaran sebagai peluang untuk rekreasi, eksperimen seksual, atau status sosial, berbeda pada hubungan romantis pada orang dewasa yang berfungsi sebagai dukungan dan penuh kepedulian. Seiring berkembangnya usia, persepsi mengenai pacaran menjadi berubah. Harapannya,

ketika seseorang berpacaran, mereka memiliki hubungan yang stabil, dicirikan dengan intimasi yang mendalam, dan rasa komitmen yang lebih tinggi. Meskipun begitu, pada kenyataannya, Shulman dan Conolly (2013) mengungkapkan bahwa banyak kehidupan dewasamuda mengalami ketidakstabilan dalam hubungan pacaran, mereka seharusnya menjalankan hubungan dengan komitmen namun faktanya cenderung membangun hubungan romantis kasual (dengan banyak orang) dan tanpa komitmen.

Achmanto (dalam Nisa & Sedjo, 2010) mengungkapkan bahwa dalam pacaran sering muncul berbagai bentuk konflik diantaranya konflik norma peran seperti pasangan yang tidak menepati janji, konflik spesifik pada perilaku pasangan (menolak keinginan pasangan), dan konflik karena kecenderungan pribadi (merasa pasangan sudah tidak sayang karena lupa menelepon). Dalam menghadapi konflik tersebut, individu berpasangan membutuhkan pengendalian emosi untuk tetap menjaga kualitas hubungan. Apalagi salah satu ciri yang dimiliki oleh dewasa awal adalah adanya kemampuan untuk dapat mengendalikan emosinya (Anderson dalam Putri, 2018). Kemampuan individu dalam mengelola emosi termasuk bagaimana individu dapat menilai emosinya, mencari jalan keluar, serta berperilaku adalah salah satu aspek dari kecerdasan emosional (Caruso & Salovey, 2004). Hal tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan Brackett, Warner, dan Bosco (2005) yang menunjukkan hubungan yang memiliki pasangan dengan kecerdasan emosi yang rendah cenderung kurang dari segi dukungan, kedekatan, dan kualitas hubungan, bahkan pasangan cenderung sering dan mudah berkonflik.

Beberapa konflik yang muncul dalam hubungan pacaran dan berdampak negatif seperti yang ditunjukkan berita dari *Jateng Inews*, seorang pemuda di

Semarang menyebarkan foto syur pacarnya usai mengakhiri hubungan. Hal tersebut lantaran pemudah TAN merasa hubungan yang berjalan dua tahun tidak dihargai oleh VD selaku pacarnya (Rosa, 2022). Kasus lain pada pasangan di Kota Semarang, pelaku ADS membunuh pacarnya yang sedang hamil 8 bulan karena korban AN menolak untuk menggugurkan kandungannya. Pelaku ADS merasa lelah terus-menerus diminta melayani korban dan merasa permintaan tentang menggugurkan kandungan tidak digubris (CNN Indonesia, 2021). Hal ini menunjukkan kemampuan kecerdasan emosional yang rendah sebagaimana diungkapkan oleh Caruso dan Salovey (2004) bahwa individu dengan kecerdasan emosional adalah individu yang mampu mengelola emosi dan mencari solusi yang relevan dengan situasi. Sebaliknya, pelaku pada kedua artikel tersebut menunjukkan pengelolaan emosi yang kurang, terbawa emosi negatif, dan berujung pada perilaku maladaptif.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam memotivasi diri, bertahan ketika berada dalam keadaan yang penuh frustrasi, mengenali emosi orang lain, memiliki harapan, serta mengendalikan emosi dalam berbagai situasi (Goleman, 2012). Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang baik mampu untuk mengenali emosi pribadi (kesadaran diri), berempati terhadap perasaan orang lain (kesadaran sosial), dapat mengelola emosinya baik ketika keadaan berpihak maupun tidak berpihak pada dirinya (manajemen diri), dan membina hubungan dan konflik dengan baik (Goleman, 2012).

Peneliti melakukan wawancara singkat pada tiga subjek dewasa awal yang sedang menjalin hubungan pacaran untuk menggali fenomena kecerdasan emosional. Subjek pertama perempuan berusia 21 tahun dengan inisial HC.

Wawancara dilakukan pada 3 April 2022, bertempat di sebuah kedai kopi di Semarang. HC mengungkapkan bahwa ia kerap marah dengan pasangan yang baginya sebenarnya bersumber dan subjek sendiri. Subjek HC selalu menginginkan perhatian pada pasangannya setiap saat dan merasa sulit mengendalikan perasaan tersebut (kesadaran diri dan manajemen diri). Subjek HC bahkan menuntut pasangan untuk selalu menghabiskan waktu bersama saat pasangannya sudah lelah se usai bekerja (kesadaran sosial). Subjek HC merasa tersiksa bila tidak menghabiskan waktu dengan pasangan. Ia akan mendinginkan pasangannya sampai pasangannya membujuk dan mengejanya sehingga ia bisa luluh. Saat mengalami konflik subjek HC akan menyindir halus, langsung marah, atau bahkan memutuskan komunikasi dengan pasangan (pembinaan hubungan).

Subjek kedua adalah seorang perempuan berinisial CA dengan usia 22 tahun. Wawancara dengan subjek CA dilakukan pada 6 April 2022, bertempat di sebuah kedai kopi di Semarang. Subjek CA sudah menjalankan hubungannya selama 1 tahun dan ini merupakan hubungan pacaran pertama kalinya bagi CA. Subjek CA merasa selalu curiga tanpa alasan, ia tidak memahami alasan kecurigaannya sehingga ia pun sulit terbuka mengenai perasaannya dengan pasangan (kesadaran diri). Subjek CA cenderung memendam dan akan berusaha tampak baik-baik saja pada pasangannya (manajemen diri dan pembinaan hubungan). Ia cenderung menjaga jarak dengan pasangannya, tidak berusaha mengenalkan pasangan pada keluarga, dan justru mundur atau membuat batasan apabila pasangannya memperkenalkannya sebagai pasangan.

Subjek ketiga berinisial MH, laki-laki dengan usia 21 tahun dan sudah berpacaran selama 3 tahun. Wawancara dilakukan pada 6 April 2022, bertempat di sebuah kedai kopi di Semarang. Subjek MH merasa ketergantungan dengan

pasangannya sehingga saat pasangannya tidak ada untuknya (pembinaan hubungan), ia akan merasa khawatir, merasa pasangannya sudah bosan, dan menjadi beban pikiran sendiri bagi MH. Subjek MH mudah meledak terutama saat pasangannya tidak memperhatikannya (manajemen diri), padahal ia tahu pasangannya sedang lelah (kesadaran sosial). Subjek MH kerap merasa bingung yang ia rasakan (kesadaran diri) sehingga meluapkan kebingungannya tersebut pada pasangannya.

Berdasarkan wawancara dengan ketiga subjek dewasa awal tersebut, peneliti menyimpulkan adanya masalah kecerdasan emosi pada dewasa awal yang membina hubungan pacaran. Hal ini ditinjau dengan aspek-aspek kecerdasan emosi menurut Goleman (2012) yang meliputi kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, dan pembinaan hubungan. ketiga subjek merasa kurang mampu memahami perasaan mereka sendiri, seperti alasan kecurigaan dan ketergantungan pada pasangan. Subjek merasa sulit mengontrol amarah sehingga menunjukkan perilaku yang justru mengarah pada konflik seperti memendam, mendiamkan, atau bahkan meluapkan emosi pada pasangan. Ketiga subjek juga menjadi kurang sadar dengan lelah dan kegiatan lain pasangan diluar pacaran. Hal ini memunculkan gap bahwa seorang dewasa awal yang seharusnya mampu mengendalikan emosi dan lebih memiliki hubungan yang stabil justru menunjukkan hal yang sebaliknya.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional. Goleman (2012) menyebutkan bahwa kecerdasan emosional dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dapat meliputi susunan organ dalam individu yakni otak, sedangkan eksternal dapat meliputi lingkungan keluarga, orang terdekat, dan lingkungan sosial lainnya (Goleman, 2012).

Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa gaya kelekatan merupakan prediktor dari kecerdasan emosi (Dominika, Zuzana, & Michal, 2020; Naguiat, 2014)

Kelekatan adalah hubungan afeksi yang terjalin antara individu dengan figur lekatnya (Cassidy & Shaver, 2016). Kelekatan terbagi menjadi 3 tipe yaitu kelekatan aman, cemas, dan menghindar (Cassidy & Shaver, 2016). Penelitian terdahulu menggunakan aspek-aspek kecerdasan emosional serta tipe-tipe kelekatan sebagai alat ukurnya. Penelitian yang dilakukan oleh Damara dan Aviani (2020) menemukan adanya hubungan antara kelekatan pada orang tua dengan kecerdasan emosional pada siswa dan siswi SMA di Bukit Tinggi yang berusia 15-18 tahun. Siswa dan siswi yang memiliki tipe kelekatan aman dengan ibunya memiliki kecerdasan emosional yang baik. Selain itu, Wahab dan Mansor (2017) yang meneliti mengenai hubungan antara kelekatan pada teman sebaya dan orang tua dengan kecerdasan emosional pada orang-orang berusia 11 hingga 19 tahun yang sedang dalam masa rehabilitasi menemukan bahwa mereka yang memiliki kelekatan aman dengan teman sebaya dan orang tuanya memiliki kecerdasan emosional yang baik.

Sebagai individu yang telah memasuki usia dewasa, individu memiliki kecenderungan untuk tidak berada di bawah pengawasan orang tua baik secara psikologis, ekonomi, maupun sosial (Putri, 2018). Cassidy dan Shaver (2016) menyebutkan bahwa mayoritas individu dewasa menganggap pasangan mereka sebagai figur lekat. Dengan adanya tugas perkembangan dewasa awal untuk berpacaran menurut Hurlock (2017) serta pemaparan dari Cassidy dan Shaver (2016), disimpulkan bahwa pasangan yang merupakan figur lekat individu dapat menjadi faktor non keluarga bagi kecerdasan emosional.

Merujuk pada hubungan pacaran, kelekatan yang terjalin antara dua orang yang menjalin hubungan pacaran dapat disebut dengan kelekatan dewasa (Doinita, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Samadi, Kasaei dan Pour (2013) dan Doinita (2015) menemukan bahwa tipe kelekatan aman yang baik berhubungan dengan tingginya kecerdasan emosional, sedangkan tipe kelekatan cemas yang tinggi berhubungan dengan rendahnya kecerdasan emosional. Selain kedua penelitian sebelumnya, Yahya, Andika, Yusoff, Ghazali, Anuar, Jayos, Aren, Mustaffa, dan Othman (2019) melakukan penelitian pada 50 mahasiswa tahun ketiga jurusan konseling UNIMAS yang berusia 22 hingga 25 tahun mengenai kelekatan tidak aman dengan kecerdasan emosional. Penelitian tersebut menemukan bahwa individu dengan kelekatan menghindar kurang memiliki kesadaran akan emosi orang lain dan biasanya menghindari kontak lekat. Orang dengan kelekatan cemas diketahui terlihat sangat peka terhadap ekspektasi orang lain. Orang biasa memaksa dan mengontrol pasangan mereka sehingga sulit bagi mereka untuk mempertahankan hubungan baik dengan pasangan.

Yahya dkk. (2019) melakukan penelitian yang menghubungkan variabel kelekatan tidak aman dengan kecerdasan emosional karena masih sedikit penelitian di Malaysia yang menghubungkan kedua variabel tersebut. Yahya dkk. (2019) dalam penelitiannya menyarankan untuk dilakukan penelitian serupa dengan subjek yang berbeda di daerah-daerah lain mengingat bahwa hasil penelitian tidak dapat digeneralisasi di daerah dan populasi yang berbeda.

Berdasarkan saran yang disampaikan oleh Yahya dkk. (2019) serta meninjau dari repository Universitas Katolik Soegijapranata mengenai kelekatan tidak aman individu dewasa dan kecerdasan emosional, tidak ditemukan penelitian yang berfokus pada kelekatan tidak aman individu dewasa yang dihubungkan

dengan kecerdasan emosional. Selain itu, penelitian-penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara kelekatan individu dewasa dan kecerdasan emosional juga banyak berfokus pada subjek di usia remaja. Di Indonesia, khususnya berdasarkan data penelitian repository Universitas Katolik Soegijapranata, peneliti belum menemukan penelitian mengenai hubungan kelekatan tidak aman individu dewasa dengan kecerdasan emosional dengan subjek berusia dewasa awal yang berpacaran. Dengan adanya pemaparan sebelumnya, maka peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara kelekatan tidak aman dengan kecerdasan emosional individu dewasa awal yang berpacaran.

1.2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan tidak aman dengan kecerdasan emosional individu dewasa awal yang berpacaran.

1.3. Manfaat Penelitian

1.3.1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memperkaya informasi serta ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi perkembangan dewasa awal yang terkait dengan permasalahan kelekatan tidak aman dan kecerdasan emosional individu dewasa awal yang berpacaran.

1.3.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan tambahan mengenai kecerdasan emosional individu dewasa awal, terkhusus dalam kaitannya dengan kelekatan tidak aman.