

**BAB V**  
**PEMBAHASAN**

**5.1. Rangkuman Semua Subjek**

Berdasarkan hasil penelitian pada keempat subjek yang telah dikategorikan dan diseleksi, maka tema yang muncul dirangkum dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 5. 1. Rangkuman Intensitas Tema Seluruh Subjek

Tema	S1	S2	S3	S4	Keterangan
Fenomena kesepian pada anak tunggal dewasa awal	++	+++	+++	+++	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adanya standar yang tinggi.</li> <li>- Kurangnya keterampilan dalam bersosialisasi dan mengelola hubungan.</li> <li>- Adanya penolakan untuk membangun hubungan.</li> <li>- Adanya pengkhianatan atau perselingkuhan.</li> </ul>
	-	+++	-	+++	Orang tua sibuk bekerja semenjak bayi, sehingga kebutuhan <i>intimacy</i> tidak terpenuhi.
	+++	-	+++	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ketidakhadiran orang tua sebagai teman cerita.</li> <li>- Tidak menerima dukungan dari teman/sahabat atau pacar.</li> </ul>

						- Relasi yang dimiliki sedikit karena lingkungan pergaulan yang sempit.
<b>Tahapan kesepian</b>	Membatasi hubungan sosial	+++	-	+++	-	Keadaan lingkungan dan relasi yang tidak baik, tidak cocok, dan tidak nyaman membuat subjek memberikan jarak dan menghindar.
	Menarik diri dari lingkungan sosialnya.	-	+++	-	+++	Menjauh dan menutup komunikasi dengan lingkungannya.
	Kehilangan kepercayaan diri dan kepercayaan terhadap orang lain	+++	-	+++	+++	Keadaan lingkungan dan relasi yang tidak baik, adanya pengkhianatan dan penolakan.
	Rendahnya kemampuan interaksi sosial	+++	-	+++	-	Memiliki sifat cuek, bersikap masa bodoh, kurang peduli dengan lingkungan, malas, dan enggan merespon interaksi sosial.
<b>Jenis Kesepian</b>	Kesepian sosial	+++	-	+++	+++	Merasa sepi di tempat yang ramai, tidak mampu berbaur dengan lingkungan sosial, dan tidak ada teman cerita dan memberikan dukungan.
	Kesepian emosional	-	+++	-	-	Tidak memiliki kedekatan emosional terutama dengan orang tua. Merasa tidak ada yang bisa memahami.
<b>Faktor Internal Terjadinya</b>	Pengalaman masa kecil	++	+++	+++	+++	Pengalaman yang tidak menyenangkan pada masa kecil,

<b>Kesepian</b>						antara lain dibanding-bandingkan, <i>di bully</i> , dikucilkan, tidak mampu berbaur dengan lingkungan.
	Kepribadian	+	+++	+++	+++	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tidak memperlihatkan hal-hal yang dirasakan di depan umum.</li> <li>- Lebih memilih memendam perasaan</li> <li>- Introvert dan lebih memilih untuk menyendiri.</li> </ul>
	Kurang mampu mencintai diri sendiri	++	-	+	-	Belum mampu menjadi diri sendiri dan menerima segala kondisi diri.
<b>Faktor Eksternal Terjadinya Kesepian</b>	Isolasi sosial	+++	+++	+++	+++	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sering menyendiri dan menarik diri dari lingkungan sosial.</li> <li>- Kurangnya keterampilan berinteraksi dan lingkungan pertemanan yang sempit.</li> </ul>
	<i>Latchkey Children</i>	++	+++	-	+++	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kehilangan tempat cerita dan bertukar pikiran.</li> <li>- Tidak mendapatkan kasih sayang yang cukup.</li> <li>- Tidak memiliki waktu bersama keluarga</li> <li>- Kurang memiliki kemampuan bersosialisasi.</li> </ul>
	Kurang penghargaan,	+++	+++	-	-	- Standar yang tinggi dan tuntutan

	dukungan dari keluarga, dan hubungan yang harmonis					keluarga. - Tidak memiliki kedekatan dan tidak harmonis dengan orang tua.
	<i>Suburban Sprawl</i>	+	-	-	+	Tidak ada interaksi di lingkungan tempat tinggal.

Berdasarkan tabel intensitas tersebut, terlihat bahwa kesepian yang dialami seluruh subjek salah satunya terjadi karena mengalami kesulitan ataupun kegagalan dalam membangun hubungan yang intim (berpacaran). Namun, penyebab dari kesulitan atau kegagalan yang terjadi pada masing-masing subjek berbeda. Subjek 1, mengalami kesulitan mengembangkan hubungan pacaran karena memiliki standar yang tinggi. Sementara subjek 2, karena kurangnya keterampilan dalam mengelola hubungan. Subjek 3, karena penolakan lawan jenis untuk membangun hubungan pacaran. Sedangkan, subjek 4 karena adanya pengkhianatan atau perselingkuhan yang dilakukan ayahnya dan selalu terjadi pada hubungan pacaran yang dijalin subjek dengan mantan-mantan pacarnya.

Kesibukan orang tua dalam bekerja juga membuat subjek 2 dan 4 mengalami kesepian. Kedua orang tua dari subjek 2 dan 4 juga telah bekerja semenjak subjek bayi. Jam kerja kedua orang tua juga semakin bertambah seiring bertambahnya usia subjek. Pekerjaan orang tua subjek juga lebih sering dilakukan di luar kota bahkan luar negeri, sehingga membuat subjek sering sendirian di rumah.

Kesepian yang dialami subjek 1 dan 4 juga lebih dirasakan karena tidak adanya teman cerita dan berbagi. Namun, pada subjek 1 terjadi karena ketidakhadiran orang tua sebagai teman dan tempat bercerita. Sedangkan pada

subjek 4, dikarenakan tidak memiliki teman/sahabat ataupun pacar sebagai tempat *sharing* dan memberikan dukungan. Hal tersebut terjadi karena subjek tidak memiliki relasi yang banyak dan lingkungan pergaulan yang sempit.

Pada subjek 1, kesepian diawali karena adanya standar yang tinggi dan tuntutan keluarga tentang kuliah, skripsi, dan pekerjaan. Kondisi subjek yang belum mampu mencapai dan memenuhi target yang diberikan, membuat subjek sering menerima *verbal abuse*. Ucapan yang menyakitkan sering membuat subjek menyendiri dan menarik diri dari lingkungannya, terutama dari orang tuanya. Sementara pada subjek 4, kesepian diawali karena subjek mengetahui statusnya yang bukan anak kandung. Subjek merasa itu adalah titik terendah dan awal pertama kali subjek merasa hancur, menarik diri dari lingkungan, dan kehilangan kepercayaan.

Ketika kesepian, tahap pertama yang dialami subjek 1 dan 3 adalah sama-sama membatasi hubungan sosial. Kedua subjek tersebut, memberikan batasan untuk dekat dan berbaur dengan lingkungan serta relasi sosialnya. Sementara tahap pertama yang dialami subjek 2 dan 4 adalah sama-sama menarik diri dari lingkungan sosialnya ketika merasa kesepian. Kedua subjek, sama-sama menjauh dan menutup komunikasi dengan lingkungannya. Pada subjek 2, ketika kesepian subjek hanya menarik diri dari lingkungan sosialnya untuk

Tahap kedua dari kesepian yang dialami subjek 1, 3, dan 4 adalah kehilangan kepercayaan diri dan kepercayaan terhadap orang lain. Kehilangan kepercayaan terjadi karena keadaan lingkungan dan relasi yang tidak baik, pengkhianatan, serta penolakan. Pada subjek 1, pengkhianatan yang terjadi disebabkan oleh relasi subjek. Sementara subjek 2, pengkhianatan terjadi

karena perselingkuhan. Sedangkan pada subjek 3, subjek merasa menerima harapan untuk membangun hubungan pacaran, namun pada kenyataannya subjek mengalami penolakan untuk membangun hubungan pacaran.

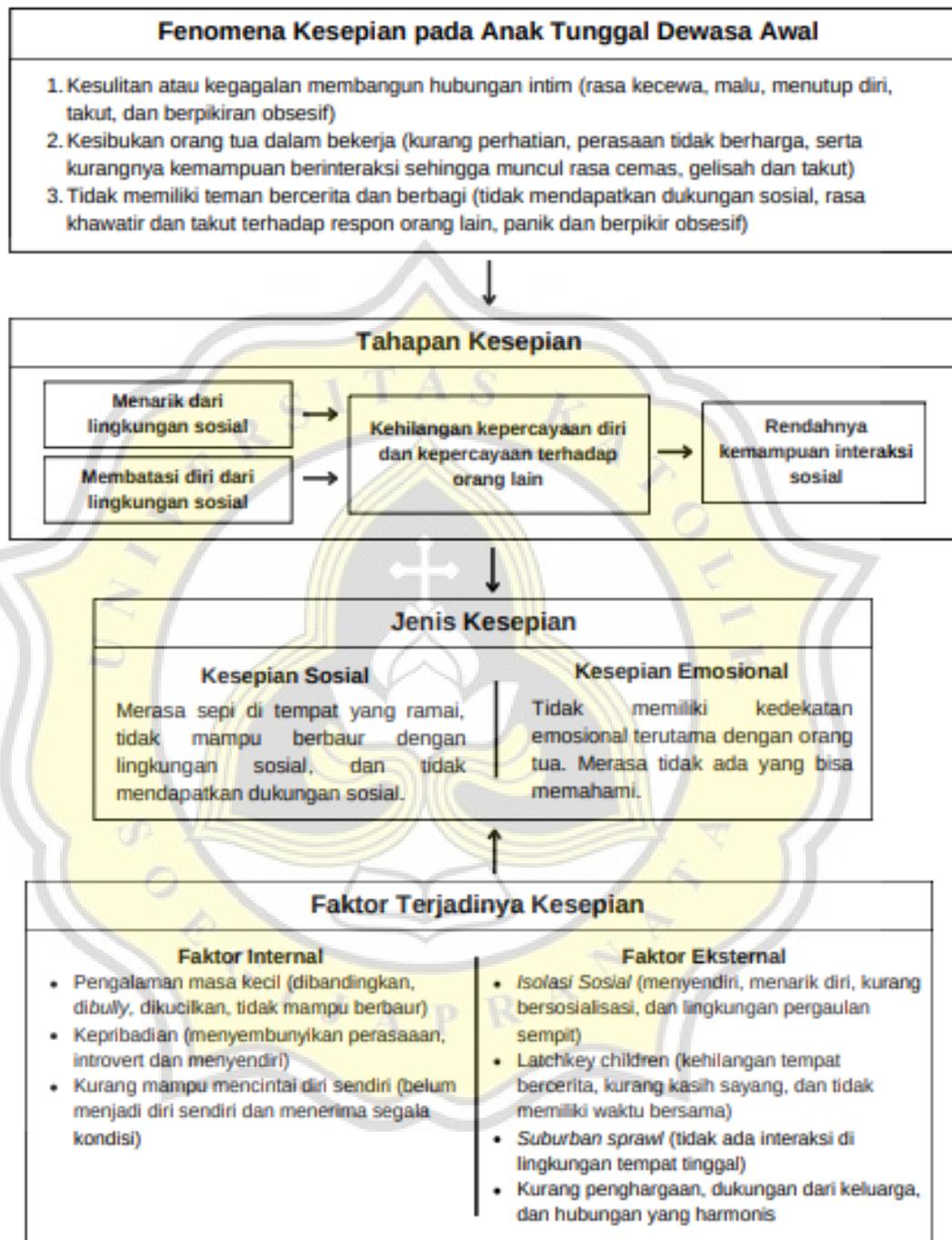
Tahap ketiga dari kesepian dialami oleh subjek 1 dan 3, yaitu rendahnya kemampuan interaksi sosial. Pada subjek 1, hal tersebut terjadi karena keadaan lingkungan dan relasi yang tidak baik, sehingga membuat subjek membatasi diri dan kehilangan kepercayaan terhadap orang lain, semakin kurang memperdulikan apapun yang terjadi dengan lingkungan sekitarnya. Sementara pada subjek 3, kegagalan dalam membina hubungan dekat dengan lawan jenis, membuatnya tidak tertarik dan belum mau mencoba untuk membangun hubungan kembali, sehingga subjek kurang peduli dengan interaksi sosial dengan lawan jenis. Selain itu, subjek kurang memiliki lingkungan pergaulan yang luas dan kesibukan yang dijalani teman-teman subjek, membuat subjek enggan untuk merespon dan malas dalam berinteraksi dan bertemu.

Kesepian yang dirasakan subjek 1, 3, dan 4 merupakan kesepian sosial. Hal tersebut dikarenakan subjek 1 dan 4 merasa sepi di tempat yang ramai, tidak mampu berbaur dengan lingkungan sosial. Sedangkan subjek 3 merasa tidak mampu berbaur dengan lingkungan sosial dan tidak mendapatkan dukungan sosial. Sementara pada subjek 2, kesepian yang dirasakan adalah kesepian emosional, karena subjek tidak memiliki kedekatan emosional terutama dengan orang tua dan merasakan bahwa orang lain tidak dapat memahaminya.

Faktor internal terjadinya kesepian yang dialami seluruh subjek adalah pengalaman masa kecil dan kepribadian. Pengalaman masa kecil yang sering terjadi pada keempat subjek adalah pengalaman *dibully*. Kepribadian pada

subjek 1 adalah menggunakan topeng ketika berada di depan umum, sehingga tidak menunjukkan perasaan yang sedang dialami. Subjek 2 dan 3 merupakan pribadi yang introvert sehingga lebih senang menyendiri. Sedangkan subjek 4 merupakan pribadi yang lebih memilih untuk sendirian. Selain itu, faktor internal yang muncul adalah bersikap bodoh amat, individualisme, kurang mampu mencintai diri sendiri, pengalaman masa kecil, dan perasaan takut menjalin hubungan.

Faktor eksternal terjadinya kesepian yang dialami seluruh subjek adalah isolasi sosial. Isolasi sosial yang terjadi pada seluruh subjek adalah sering menyendiri dan menarik diri dari lingkungan. Namun subjek 3, juga kurang terampil dalam berinteraksi dan memiliki lingkungan pertemanan yang sempit. Selain itu, faktor eksternal yang muncul adalah *latchkey children*, *suburban sprawl*, pengkhianatan relasi sosial, konflik orang tua, lingkungan pergaulan yang tidak luas, tidak terpenuhinya kebutuhan emosional, serta kurang penghargaan, dukungan dari keluarga, dan hubungan yang kurang harmonis.



**Bagan 5. 1. Fenomena Kesepian pada Anak Tunggal Dewasa Awal**

## 5.2. Pembahasan

Menurut Bruno (1997), kesepian merupakan kondisi yang meliputi mental dan emosional yang ciri utamanya terdapat perasaan terisolasi dan kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain. Setiap individu bisa saja merasakan kesepian, tak terkecuali anak tunggal yang berada di masa dewasa awal. Masa dewasa awal dimulai ketika individu berusia 18 tahun (Santrock, 2011). Masa dewasa awal dikenal sebagai masa keterasingan. Kegagalan meraih identitas diri membuat individu mengalami kebingungan menyesuaikan diri dan membina hubungan, sehingga menimbulkan kesepian (Hurlock, 2018). Berdasarkan hasil penelitian, kesepian yang dialami pada keempat subjek terjadi karena adanya kesulitan atau kegagalan dalam membina hubungan pacaran. Selain itu, kesepian juga disebabkan karena ketidakhadiran seseorang untuk berbagi dan memberi dukungan.

Kondisi anak tunggal yang tumbuh dalam situasi *latchkey children* juga membuatnya semakin rentan mengalami kesepian. Hal tersebut dikarenakan kurangnya pendampingan dan kedekatan emosional antara orang tua dan anak (Mendonca dkk., 2020). Dari keempat subjek, tiga diantaranya merasakan bahwa situasi *latchkey children* turut mempengaruhi kesepian. *Latchkey children* adalah situasi yang terbentuk karena anak berada di rumah sendirian selama kedua orang tuanya bekerja (Zubaidah & Widayat, 2017). Hal tersebut terlihat pada subjek 2 bahwa kesibukan orang tua dalam bekerja membuatnya tidak memiliki kedekatan emosional dengan orang tuanya, serta membuatnya merasakan jika orang lain tidak bisa memahaminya. Pada subjek 4, kesibukan orang tua dalam bekerja membuatnya tidak memiliki waktu dengan orang tua

dan tidak terpenuhinya kebutuhan emosional. Sedangkan pada subjek 1, kondisi orang tua yang bekerja membuat subjek merasa kehilangan tempat bercerita.

Pada masa dewasa awal, individu akan dihadapkan pada peranan dan harapan-harapan sosial yang baru (Hurlock, 2018). Hal tersebut membuat individu harus menerima tanggung jawab sebagai orang dewasa (Hurlock, 2018). Standar yang tinggi dan tuntutan keluarga di masa dewasa awal juga turut menyebabkan terjadinya kesepian. Tuntutan keluarga yang diterima subjek pada masa dewasa awal berkaitan dengan urusan perkuliahan, skripsi, karir, dan masa depan. Subjek juga menerima *verbal abuse* berupa ucapan yang menyakitkan ketika tidak dapat mencapai target yang telah di berikan. *Verbal abuse* sendiri pada dasarnya adalah segala perkataan yang mampu menyakiti lawan bicara secara mental (Nafisah dkk., 2021). Selain itu, relasi yang sedikit dan status keluarga yang bukan anak kandung juga menyebabkan terjadinya kesepian.

Pada dasarnya, kesepian yang dialami subjek 1 terjadi karena adanya standar yang tinggi dan tuntutan keluarga membuat subjek menerima *verbal abuse* dari orang tuanya, sehingga menimbulkan perasaan takut akan kegagalan dan timbul pemikiran yang obsesif. Adanya standar yang tinggi membuat subjek juga memiliki standar yang tinggi dalam membangun hubungan. Standar tersebut, membuat subjek mengalami kesulitan untuk mengembangkan hubungan pacaran, karena subjek sering merasakan ketidakcocokan dan belum sesuai dengan kriteria. Kesulitan mengembangkan hubungan pacaran menimbulkan ketidaknyamanan dan malas merespon komunikasi dengan lawan jenis perasaan khawatir dan takut jika tidak memiliki

pasangan yang sesuai dengan kriteria. Dari standar yang tinggi, tuntutan keluarga, terjadinya *verbal abuse* dan kesulitan membina hubungan membuat subjek merasakan tidak memiliki teman bercerita. Hal yang dirasakan karena ketidakhadiran teman bercerita menimbulkan munculnya rasa khawatir dan takut terhadap respon yang diberikan orang lain, timbulnya kepanikan untuk merespon orang lain, serta munculnya pemikiran yang obsesif, konstan, dan berulang sehingga menimbulkan stress dan merasa kesepian.

Sedangkan, kesepian yang dialami subjek 2 terjadi karena kesibukan orang tua dalam bekerja semenjak subjek bayi, membuat subjek kurang mampu bersosialisasi dan menjalin hubungan dengan orang lain. Hal tersebut disebabkan karena tidak adanya lawan bicara, sehingga subjek tidak bisa berlatih berkomunikasi dan menjalin hubungan. Hal itu menimbulkan rasa takut, cemas, dan gelisah untuk berinteraksi dan berkomunikasi di depan umum maupun secara personal yang berlangsung hingga saat ini. Kurangnya kemampuan dalam bersosialisasi dan menjalin hubungan juga membuat subjek mengalami kegagalan dalam mengelola hubungan pacaran. Kegagalan tersebut terjadi karena subjek tidak dapat mengungkapkan atau menyampaikan pendapat dengan kekasihnya.

Sementara kesepian yang dialami subjek 3 terjadi karena kegagalan dalam mengembangkan hubungan dengan teman dekat. Penolakan yang diterima subjek dalam mengembangkan hubungan pacaran menimbulkan rasa kecewa, malu, serta membuat subjek menutup diri dan merasa takut untuk kembali mengembangkan hubungan pacaran. Selain itu, relasi yang sedikit dan lingkungan pergaulan yang sempit yang disebabkan karena subjek membatasi

diri dari lingkungan sosialnya juga membuat subjek merasakan tidak mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan pertemanan.

Serta kesepian yang dialami subjek 4 disebabkan karena kesibukan orang tua dalam bekerja menimbulkan adanya perselingkuhan yang dilakukan ayah subjek, sehingga membuat subjek merasa bahwa dirinya tidak berharga di tengah keluarga. Selain itu, subjek juga merasa semakin subjek dewasa, orang tua semakin sibuk, semakin memberi kebebasan, semakin tidak memiliki waktu bersama, serta tidak memberikan perhatian terhadap subjek. Kesepian yang dirasakan subjek juga disebabkan karena adanya pengkhianatan atau perselingkuhan yang dilakukan dari mantan si subjek. Pengkhianatan yang dilakukan ayah subjek dan mantan dari subjek membuatnya berpikir obsesif tentang perilaku laki-laki yang selalu menyakiti dan berselingkuh. Pikiran tersebut menimbulkan perasaan cemas ketika membina hubungan dan tidak mempercayai orang lain terutama laki-laki. Kesibukan tersebut menyebabkan subjek mengetahui bahwa statusnya yang bukan anak kandung. Diketahuinya hal tersebut, membuat subjek merasa kecewa, malu, tidak berharga, menarik diri dari lingkungan sosialnya dan kehilangan kepercayaan terhadap orang tuanya. Selain itu, subjek juga menyalahkan orang tua kandung subjek yang membuang subjek dan semakin menganggap semua laki-laki sama-sama menyakiti.

Menurut Lake (1986) terdapat tiga tahapan terjadinya kesepian. Tahap pertama adalah terputusnya hubungan seseorang dengan orang-orang lainnya. Namun, pada penelitian ini terdapat temuan di tahap pertama terjadinya kesepian, yaitu membatasi hubungan dan menarik diri dari lingkungan sosial. Hal tersebut merupakan salah satu perilaku yang sering ditampilkan ketika individu mengalami isolasi sosial. Isolasi sosial sendiri merupakan terjadinya

penurunan bahkan ketidakmampuan individu untuk berinteraksi dengan orang lain yang ada disekitarnya (Suwarni & Rahayu, 2020). Tahap pertama kesepian dengan membatasi hubungan sosial dialami oleh subjek 1 dan 3. Dalam membatasi hubungan sosialnya, subjek memberikan jarak atau batasan terhadap relasi sosialnya. Hal tersebut dilakukan agar subjek tetap dalam keadaan nyaman. Pada subjek 2 dan 4, tahap pertama kesepian adalah menarik diri dari lingkungan sosialnya. Subjek menjauh dan menutup komunikasi dari lingkungan sosialnya untuk menenangkan diri.

Tahap kedua adalah kehilangan kepercayaan diri dan kepercayaan terhadap orang lain. tahap kedua kesepian ini dialami oleh subjek 1, 3 dan 4. Pada subjek 1, terjadinya kesepian membuatnya tidak percaya diri ketika berada di depan umum dan subjek mengalami kesulitan untuk mempercayai orang lain. Pada subjek 3, kesepian membuatnya mempertanyakan kekurangan dirinya karena penolakan yang terjadi. Selain itu, subjek juga merasakan takut dan tidak percaya terhadap lawan jenis untuk membina hubungan. Sedangkan pada subjek 4, ketika terjadi kesepian subjek merasakan malu ketika berada di lingkungan sosialnya, serta subjek kehilangan kepercayaan diri kepada laki-laki karena adanya perselingkuhan.

Tahap ketiga adalah rusaknya kemampuan interaksi sosial. Pada tahap ketiga ini dirasakan pada subjek 1 dan 4. Hal yang dirasakan subjek adalah bersikap masa bodoh, kurang peduli, dan enggan merespon interaksi di lingkungan. Ketika ada hal-hal yang terjadi pada orang lain, subjek merasa kurang peduli.

Berdasarkan Robert Weiss (dalam Sears, Freedman, & Peplau, 1988) (dalam Artiningsih & Savira, 2021), bahwa terdapat dua jenis kesepian, yaitu

kesehian sosial dan kesehian emosional. Pada penelitian ini, kesehian yang terjadi pada anak tunggal dewasa awal lebih banyak dirasakan sebagai kesehian sosial. Hal tersebut dikarenakan subjek 1, 3, dan 4 merasa kesehian ketika berada di tempat yang ramai, tidak mampu berbaur dengan lingkungan sosial, dan tidak memiliki *support system*. Sementara kesehian emosional yang dirasakan subjek 2 adalah tidak memiliki kedekatan emosional terutama dengan orang tua dan merasa tidak ada yang bisa memahami.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Pratama & Rahayu (2014), pada penelitian ini faktor internal terjadinya kesehian adalah bersikap bodoh amat, individualisme, kepribadian, kurang mampu mencintai diri sendiri, dan pengalaman masa kecil.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kocaturk (2021), bahwa pada penelitian ini *latchkey children* juga menjadi salah satu penyebab anak mengalami kesehian, karena kurang mendapat pendampingan, dan tidak memiliki kedekatan emosional. *Latchkey children* dirasakan pada subjek 1,2, dan 4. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Pratama & Rahayu (2014), pada penelitian ini faktor eksternal terjadinya kesehian adalah *suburban sprawl*, *latchkey children*, isolasi sosial, kurangnya penghargaan, dukungan keluarga, dan hubungan yang kurang harmonis. Namun, juga ditemukan faktor eksternal lain yang berupa konflik orang tua.

### **5.3. Kelemahan Penelitian**

Selama pelaksanaan proses penelitian, terdapat beberapa kekurangan, yaitu:

- 1) Dalam melakukan verbatim, peneliti sedikit mengalami kesulitan karena pelafalan atau ucapan subjek yang kurang jelas dan pelan, serta situasi

wawancara yang beramai. Untuk meminimalisir pernyataan yang kurang jelas, peneliti melakukan *crosscheck* kepada subjek ketika bertemu dan memberi catatan-catatan pada setiap pertanyaan yang diberikan.

