

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Loneliness

2.1.1 Definisi *Loneliness*

Menurut (D. W. Russell, n.d. 1996) *loneliness* merupakan adanya kepribadian yang dinamis dalam diri seseorang dari berbagai sistem psikofisik yang dapat menentukan bagaimana karakteristik perilaku dan berfikir, kemudian adanya keinginan individu pada kehidupan sosial dan kehidupan di lingkungannya, dan juga adanya depresi, yang merupakan salah satu gangguan perasaan yang ditandai dengan adanya perasaan sedih, murung, tidak memiliki semangat, merasa tidak berharga, dan berpusat pada kegagalan. Menurut (Bruno, Lutwak, dan Agin 2000) mendefinisikan *loneliness* keadaan dimana mental dan emosional seseorang yang timbul dengan adanya perasaan terasing dan merasa kurangnya kebermaknaan hidup dengan orang lain. *Loneliness* dapat didefinisikan sebagai suatu perasaan kehilangan dan rasa ketidakpuasan yang dihasilkan oleh ketidaksesuaian antara jenis hubungan sosial yang kita inginkan dengan jenis hubungan sosial yang kita miliki (Joshi, Garon, dan Lechasseur 1984). (Santrock 2002) mendefinisikan *loneliness* adalah ketika tidak ada seorang pun memahami dengan baik apa yang dirasakan, merasa dirinya terisolasi, dan juga merasa tidak memiliki seorang pun untuk dijadikan sebagai pelarian, saat dibutuhkan atau saat stress. Menurut (Myers 1999) Individu yang mengalami *loneliness* akan terlihat seperti terjebak di dalam situasi ketidakberhasilan dalam menjalin hubungan sosial. (Anderson 1994) mengatakan bahwa *loneliness* dapat menimbulkan berbagai emosi, diantaranya ketidaknyamanan, ketidakpuasan, cenderung menyalahkan diri sendiri, dan merasa malu.

(Suardiman 2016) mengatakan *loneliness* adalah perasaan terasingkah, tersisihkan, terpencil dan berbeda dari orang lain. *Loneliness* adalah suatu reaksi yang muncul berupa emosional dan kognitif individu terhadap sebuah kondisi dimana individu hanya mempunyai sedikit hubungan sosial dan tidak dapat memuaskannya karena tidak sesuai dengan harapan seorang individu (Joshi, Garon, dan Lechasseur 1982). Baron dan Byrne (2007) mengatakan *loneliness* adalah perasaan emosi dan

keadaan kognitif yang tidak menyenangkan berdasarkan keinginan untuk membentuk sebuah relasi yang dekat namun tidak dapat tercapai. Menurut L.C. Hawkey (2010) Menyebutkan bahwa *loneliness* adalah rasa sakit yang berasal dari putusnya hubungan social seorang individu, dengan orang yang berada di sekitarnya, yang sebenarnya individu adalah makhluk sosial dan membutuhkan hubungan social untuk keberlangsungan hidupnya.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti menyimpulkan bahwasannya *loneliness* merupakan adanya kepribadian yang dinamis dalam diri seseorang dari berbagai sistem psikofisik yang dapat menentukan bagaimana karakteristik perilaku dan berfikir, kemudian adanya keinginan individu pada kehidupan sosial dan kehidupan di lingkungannya, dan juga adanya depresi, yang merupakan salah satu gangguan perasaan yang ditandai dengan adanya perasaan sedih, murung, tidak memiliki semangat, merasa tidak berharga, dan berpusat pada kegagalan.

2.1.2 Aspek-Aspek Loneliness

Terdapat pemaparan aspek menurut (D. W. Russell, n.d. 1996) sebagai berikut :

1. Trait Loneliness

Perasaan kesepian yang dapat berubah dalam situasi tertentu, atau individu yang mengalami kesepian yang disebabkan oleh kepribadian mereka. Kepribadian yang dimaksud adalah seseorang yang memiliki kepercayaan yang kurang dan ketakutan akan orang asing.

2. Social Desirability Loneliness

Perasaan kesepian yang disebabkan karna individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan di lingkungannya.

3. Depression Loneliness

Kesepian yang terjadi karena adanya perasaan terganggu pada seseorang seperti adanya perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga dan berfokus pada kegagalan yang dialami oleh individu.

2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Loneliness

Faktor-faktor yang mempengaruhi *loneliness* menurut (Brehm 2002) sebagai berikut:

1. Hubungan yang tidak sesuai dengan harapan

Pada individu yang mengalami *loneliness*, hubungan yang tidak sesuai dengan harapannya akan menjadi salah satu factor yang akan menyebabkan perasaan *loneliness* menjadi semakin terasa.

2. Terjadi perubahan yang tidak diinginkan dalam suatu hubungan

Terjadi perubahan pada hubungan yang tidak diinginkan akan menyebabkan seseorang mengalami *loneliness*.

3. *Self Esteem*

Loneliness berhubungan dengan *self esteem* yang rendah. Individu yang memiliki *self esteem* yang rendah cenderung merasa tidak nyaman pada situasi yang berhubungan secara sosial. Dalam keadaan yang seperti ini individu tersebut akan coba menghindari interaksi sosial tertentu secara terus menerus akibatnya akan mengalami *loneliness*.

4. Perilaku Interpersonal

Dalam hubungan interpersonal individu yang mengalami *loneliness* cenderung akan menilai orang lain secara negative, tidak menyukai keberadaan orang lain di sekitarnya, tidak percaya kepada orang lain, dan cenderung memunculkan sikap bermusuhan.

Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan timbulnya kesepian menurut Gottlieb (1998) yaitu :

1. Situasi

Berpisah dengan keluarga, teman lama merupakan penyebab utama dari perasaan kesepian dan menimbulkan suatu perasaan butuh akan orang lain.

2. Kepercayaan

Pikiran-pikiran yang mengatakan diri sendiri tidak berguna dan tidak disukai oleh orang lain akan dapat memperburuk kesepian.

3. Kepribadian

Adanya hubungan antara kesepian dengan sejumlah karakteristik personal, yang dapat dihubungkan dengan rendahnya harga diri seseorang, rasa malu yang dimiliki, merasa terasingkan, dan kepercayaan bahwa dunia bukanlah tempat yang menyenangkan.

2.2 Self Esteem

2.2.1 Definisi *Self Esteem*

(Rosenberg 1965) *Self esteem* dapat diartikan sebagai suatu perasaan keberhargaan atas diri sendiri dan penghargaan atas diri. (Rosenberg 1979) mengatakan bahwa individu yang memiliki *self esteem* yang tinggi akan menghormati dirinya dan menganggap dirinya sebagai individu yang berguna, sedangkan individu yang memiliki *self esteem* rendah cenderung tidak bisa menerima dirinya dan menganggap dirinya rendah. (Rosenberg & Murk, Heatherton dan Polivy (1991) mengatakan bahwa *self esteem* adalah suatu penilaian pribadi tentang keberhargaan yang diekspresikan dan direalisasikan ke dalam tingkah laku yang ditunjukkan pada dirinya sendiri. Menurut (Coopersmith, n.d. 1967) mengatakan bahwa *self esteem* merupakan evaluasi yang telah dibuat oleh individu dan kebiasaan untuk memandang dirinya terutama dalam hal sikap menerima dan menolak, juga indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap pada kemampuan, keberartian, kesuksesan, dan juga keberhargaan. *Self Esteem* merupakan penilaian individu terhadap hasil dari apa yang telah dicapai dengan menganalisa seberapa idealnya individu tersebut berperilaku (Stuart & Sundeen 1991). (Coopersmith, n.d. 1967) mengatakan bahwa *self esteem* merupakan evaluasi yang telah dibuat oleh individu dan kebiasaan untuk memandang dirinya terutama dalam hal sikap menerima dan menolak, juga indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap pada kemampuan, keberartian, kesuksesan, dan juga keberhargaan.

Menurut Risnawita & Ghufron (2010) *self esteem* adalah penilaian terhadap diri yang dilakukan seseorang yang didasarkan pada bagaimana hubungannya dengan orang lain. Myers (2012) juga mengatakan bahwa *self esteem* adalah rasa akan nilai diri yang digunakan untuk menilai sifat dan kemampuan. Baron & Byrne (2004) mendefinisikan *self esteem* sebagai sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam dimensi positif dan negatif. Kling & Gyde (2001), dalam Matlin (2004) juga menyebutkan bahwa *self esteem* adalah evaluasi diri sendiri dalam derajat negatif hingga positif. *Self esteem* dapat didefinisikan sebagai suatu perasaan orang tentang bagaimana diri mereka yang berhubungan dengan pentingnya prestasi, hubungan interpersonal yang positif, dan kesejahteraan psikologis (Vohs & Baumeister, 2016). Sandha, Hartati, dan Fauziah (2012) menyebutkan bahwa *self esteem* terbentuk karena

adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya, jika lingkungan memberikan sesuatu yang menyenangkan maka *self esteem* menjadi positif, namun jika lingkungan memberikan sesuatu yang tidak menyenangkan maka *self esteem* menjadi negative. Morganett (2005) mendefinisikan *self esteem* sebagai penerimaan diri, penghargaan diri, dan rasa hormat terhadap dirinya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa *self esteem* merupakan sebagai suatu perasaan keberhargaan atas diri sendiri dan penghargaan atas diri.

2.2.2 Aspek-Aspek Self Esteem

Menurut Rosenberg (1979) terdapat dua aspek *self esteem* sebagai berikut :

1. Self Acceptance (penerimaan diri)

Self Acceptance berarti seorang individu mengenal siapa dirinya, mengetahui dan menyadari kelebihan dan kekurangannya, serta menerima apa yang dilihatnya tanpa ada penyesalan.

2. Self Respect (penghormatan diri)

Self Respect merupakan keyakinan dasar seorang individu dan karakternya yang tidak berubah yang diakibatkan oleh peristiwa kehidupan.

2.2.3 Faktor yang mempengaruhi Self Esteem

Menurut Coopersmith (1967) ada beberapa factor yang mempengaruhi *Self Esteem* :

1. Lingkungan Keluarga

Peran keluarga sangat penting untuk perkembangan *self esteem* pada anak. Dalam keluarga, seorang anak untuk pertama kalinya mengenal orang tua yang mendidik dan membesarkannya juga sebagai dasar untuk bersosialisasi dengan lingkungan yang lebih besar. Keluarga harus mampu menemukan suatu kondisi dasar yang dimana kondisi tersebut dapat mencapai perkembangan *self esteem* anak yang baik. Perlakuan secara adil, pemberian kesempatan untuk aktif, dan mendidik dengan cara yang demokratis akan membuat anak mendapat *self esteem* yang tinggi. Bersamaan dengan hal tersebut (Berne & Savary, 1987) berpendapat sama bahwa keluarga berperan dalam menentukan perkembangan *self esteem* anak. Orang tua sering memberikan hukuman dan larangan tanpa alasan dapat menyebabkan anak merasa tidak berharga

2. Faktor Jenis Kelamin

Kebanyakan wanita selalu merasa memiliki *self esteem* yang lebih rendah daripada pria seperti perasaan kurang mampu, kepercayaan diri atau merasa harus dilindungi. Hal ini mungkin terjadi karena adanya peran orang tua dan harapan-harapan di masyarakat yang berbeda-beda baik pada pria maupun wanita. Hal tersebut sejalan dengan penelitian dari (Coopersmith, n.d. 1967) yang membuktikan bahwa *self esteem* wanita lebih rendah daripada *self esteem* pria.

3. Kondisi Fisik

(Coopersmith, n.d. 1967) menemukan adanya konsistensi antara daya tarik fisik dan tinggi badan dengan *self esteem*. Individu yang memiliki kondisi fisik menarik lebih cenderung memiliki *self esteem* yang lebih baik dibandingkan dengan individu yang memiliki kondisi fisik kurang menarik.

4. Lingkungan Sosial

Pembentukan *self esteem* dapat dimulai dari seseorang yang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan suatu proses lingkungan dan penghargaan (Coopersmith, n.d. 1967) mengatakan ada beberapa perubahan dalam *self esteem* yang dapat dijelaskan melalui konsep-konsep kesuksesan, nilai, aspirasi, dan mekanisme pertahanan diri. Kesuksesan dapat terjadi melalui pengalaman dalam lingkungan, kesuksesan dalam bidang tertentu, kompetisi dan nilai kebaikan pada individu.

5. Inteligensi

Inteligensi adalah gambaran lengkap kapasitas fungsional individu, yang berhubungan dengan prestasi dan kemampuan akademis. Menurut (Coopersmith, n.d. 1967), individu yang memiliki *self esteem* tinggi cenderung dapat mencapai prestasi akademik yang tinggi dibandingkan individu dengan *self esteem* yang rendah. kemudian, dikatakan individu dengan *self esteem* yang tinggi memiliki skor inteligensi yang lebih baik, taraf aspirasi yang lebih baik, dan selalu berusaha lebih keras.

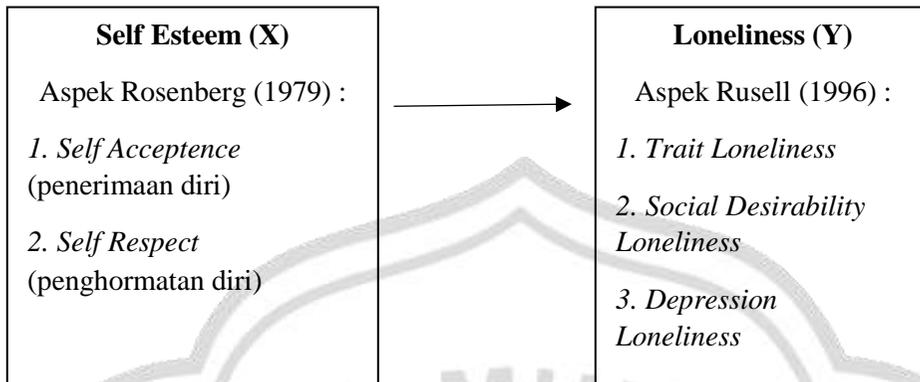
2.3 Hubungan Antar Variabel

Bednar (2000) mengatakan *Loneliness* akan diikuti dengan *self esteem* yang rendah pada seorang individu. Menurut Baron (1991) mendefinisikan bahwa *loneliness* adalah hidup tanpa interaksi dan menghindari untuk hidup berinteraksi. Menurut (Brehm 2002), terdapat 4 hal yang dapat menyebabkan individu mengalami *loneliness*, yaitu (1)

Hubungan yang dimiliki individu tidak sesuai dengan apa yang diharapkan, (2) Terjadi suatu perubahan terhadap apa yang diinginkan individu dari hubungan yang dijalin, (3) *Self esteem* dan (4) Perilaku interpersonal. Penelitian Perlman (dalam Taylor, Peplau, & Sears, 2006) juga mengatakan bahwa *loneliness* lebih banyak dialami oleh remaja dan dewasa awal dibandingkan individu dengan usia yang lebih tua.

Dalam penelitian ini akan menunjukkan bahwa variabel *self esteem* memiliki hubungan dengan *loneliness* mahasiswa hal ini diperkuat dengan adanya penelitian terdahulu sebagai berikut ; Penelitian oleh (Ramadhani 2022) menunjukkan dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan pada variabel *self esteem* dan *loneliness* pada mahasiswa baru di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Penelitian terdahulu selanjutnya dilakukan oleh (Rasiadi 2014) yang menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *self esteem* dengan *loneliness* pada mahasiswa baru angkatan tahun 2012/2014 Universitas Sanata Dharma yang memiliki arti semakin tinggi *self esteem* maka semakin rendah perasaan *loneliness*. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *self esteem* maka semakin tinggi perasaan *loneliness* pada mahasiswa baru angkatan tahun 2012/2014 Universitas Sanata Dharma. Penelitian terdahulu juga dilakukan oleh (Elang 2019) menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara *self esteem* dan kesepian dengan kecenderungan narsistik. Selanjutnya ada hubungan positif antara harga diri (*self esteem*) dan kecenderungan narsistik. Hubungan yang ketiga adalah hubungan antara kesepian dengan kecenderungan narsistik. Penelitian terdahulu selanjutnya yaitu oleh (Setiawan 2021) ditemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan dengan kesepian. Semakin tinggi nilai harga diri yang dimiliki individu maka semakin rendah kesepian.

2.4 Kerangka Konseptual



Gambar 1 Kerangka Konseptual

2.5 Hipotesis

Semakin rendahnya *self esteem* maka semakin tinggi tingkat *loneliness*. Maka dapat dituliskan hipotesis sebagai berikut :

Ha : Ada pengaruh *self esteem* terhadap *loneliness* pada mahasiswa rantau di Universitas Muhammadiyah Gr