

BAB I

PENDAHULUAN

Berisi uraian yang menjelaskan mengenai latar belakang dan permasalahan, rumusan permasalahan penelitian, tujuan dilakukannya penelitian, dan manfaat yang diperoleh dari hasil penelitian.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Dewasa awal menjadi masa dimana terjadinya peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa dan peralihan dari ketergantungan menuju ke kemandirian, hal ini bisa dilihat dari segi ekonomi, kebebasan menentukan diri sendiri, dan jauh lebih realistis tentang pandangan masa depan. Seseorang tertarik untuk menjalin hubungan secara intim dengan lawan jenis pada saat menginjak usia dewasa tepatnya pada usia 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 (Alwisol, 2018).

Di era modernisasi ini banyak sekali individu khususnya remaja dan dewasa yang pergi ke tempat kopi atau café. Hal ini berkaitan dengan perkembangan masyarakat yang sangat berpengaruh terhadap pola perilaku. Pola perilaku yang dimaksud ini adalah cara mereka mengikuti budaya luar yang menjadikan individu memiliki sifat yang konsumtif khususnya dalam hal memilih tempat makan dan minum yang sesuai dengan selera masing-masing. Menurut Refkiansyah & Krisnayana (2021) Kafe merupakan tempat *hits* bagi kalangan remaja maupun orang dewasa. Dalam beberapa tahun terakhir, kafe atau warung kopi mengalami perkembangan yang cukup signifikan di beberapa kota besar di Indonesia seperti Bekasi. Salah satu dari sekian banyaknya kafe di Bekasi, *Coffee Omah* juga merupakan tempat untuk menghabiskan waktu bersama dengan melakukan aktivitas mengobrol, berkumpul bersama teman-teman, mengerjakan tugas dan mencari tempat nongkrong yang nyaman.

Banyak sekali interaksi antar individu yang terjadi saat berkunjung ke café, karena sebagai makhluk sosial kita akan selalu berinteraksi dengan orang lain atau membangun hubungan antar pribadi. Umumnya, hubungan menjadi sebuah kesempatan untuk membangun keterampilan, keterbukaan diri, dan empati hal ini diperkuat dengan adanya hubungan interpersonal. Hubungan interpersonal adalah hubungan yang terdiri atas dua orang atau lebih, yang memiliki ketergantungan satu sama lain dan menggunakan pola interaksi yang konsisten Pearson (dalam Hidayat, K., Bashori, 2016).

Berpacaran termasuk salah satu contoh adanya hubungan antar pribadi antara laki-laki dan perempuan. Menurut Decyana Ristiani, Hedi Pudjosntosa, n.d. (2021) Istilah pacaran di Indonesia, telah diterima secara luas oleh masyarakat sebagai hubungan pranikah diantara perempuan dan laki-laki yang berinteraksi didasari oleh rasa cinta, kasih dan sayang. Interaksi inilah yang membuat seseorang dapat mengenali pasangannya dengan baik. Menurut DeVito (dalam Liana & Herdiyanto, 2017) intensitas komunikasi adalah tingkat kedalaman dan keluasan pesan yang terjadi saat berkomunikasi. Permasalahan yang biasanya terjadi didalam hubungan terkait dengan intensitas komunikasi adalah adanya kesibukan dari setiap individu yang berbeda-beda.

Dari interaksilah yang seringkali terjadi ditemukan bahwa masih banyak seseorang yang belum cukup dalam menyesuaikan dirinya terhadap orang lain ataupun pasangannya. Menurut Hartono dan Sunarto (dalam Arum & Khoirunnisa, 2021) Penyesuaian diri merupakan proses yang dilakukan individu untuk dapat memenuhi kebutuhan yang sesuai dengan lingkungan sehingga individu dapat menyeimbangkan diri dengan lingkungannya. Dalam penelitian ini, peneliti mewawancarai lima orang yang berkunjung ke *coffee* omah dan mendapatkan hasil bahwa masalah yang ada adalah seseorang cenderung mengalami kesulitan menyesuaikan diri saat berhadapan atau berinteraksi dengan orang lain maupun dengan pasangan di dalam suatu hubungan. Pada subjek MT menyatakan jika bertengkar dengan pasangannya ia lebih memilih mengalah dan meminta

maaf terlebih dahulu meski itu bukan kesalahan yang ia perbuat. Pada subjek DK ia merasa belum cukup atas kemampuannya untuk bersikap tenang saat menghadapi masalah. Pada subjek SJ ia merasa bahwa dirinya sulit untuk menghadapi pasangannya dan ia merasa tidak mampu melakukan pertimbangan saat terjadi masalah. Pada subjek OK menyatakan bahwa dirinya tidak mampu bersikap bijak saat menyelesaikan masalah kepada pasangannya. Lalu pada subjek AA ia mengatakan bahwa dirinya belum cukup untuk mengatasi stress dan bersikap tenang saat bertengkar dengan pasangannya.

Harga diri atau *self-esteem* juga menjadi salah satu yang dapat membantu proses penyesuaian diri seseorang terhadap orang lain ataupun lingkungannya berjalan dengan baik. Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada pelangg *coffee* omah bahwa mereka mengalami kesulitan dalam mempertahankan dan meningkatkan harga diri. Seperti pada subjek MT mengatakan bahwa saat menjalin hubungan ia merasa kesulitan mengendalikan dirinya ketika menghadapi masalah dengan pasangannya. Sama seperti subjek DK ia merasa kesulitan mengendalikan emosi pasangannya pada saat bertengkar. Pada subjek SJ ia mengaku selalu mematuhi perintah yang diberikan oleh pasangannya dengan alasan agar tidak memancing amarah atau pertengkaran dalam hubungannya meskipun ia tidak menyukai apa yang diperintahkan oleh pasangannya. Pada subjek OK menyatakan bahwa ia lebih baik menghindar atau menjauhi hal-hal yang menjadi pemicu pertengkaran dihubungannya dan pada subjek AA menyatakan bahwa ia merasa kesulitan menerima dirinya yang selalu dianggap kurang oleh pasangannya. Hal ini berkaitan karena *Self-esteem* yang tinggi dapat membantu meningkatkan inisiatif, resiliensi dan perasaan puas pada diri seseorang (Baumeister., dkk. 2003; dalam Srisayekti & Setiady, 2015).

Hasil dari wawancara dengan kelima orang diatas dapat disimpulkan bahwa masalah yang dialami kelima orang tersebut adalah sulitnya melakukan penyesuaian diri dalam suatu hubungan. Maka dari itu, peneliti

ingin meneliti lebih lanjut apakah ada hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda.

Penelitian yang berkaitan dengan penyesuaian diri tidak hanya dilakukan oleh peneliti saja, namun sebelumnya sudah ada pembahasan terkait dengan studi kasus penyesuaian diri yang dilakukan oleh Arum dan Khoirunnisa yang berjudul Hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri mahasiswa baru psikologi. Dimana terdapat 156 subjek dengan 30 orang mahasiswa digunakan untuk tryout dan 126 orang mahasiswa digunakan untuk pengambilan data.

Penyesuaian diri menjadi hal yang sangat penting ketika individu tengah menghadapi suatu hal yang ada hubungannya dengan lingkungan sekitarnya maupun dengan orang lain, hal ini juga berlaku saat sebelum memulai hubungan dengan lawan jenis dan atau sesudah memulai hubungan dengan lawan jenis. Penyesuaian diri menurut Schneiders (dalam Gunandar et al., 2017) diartikan sebagai suatu proses respon individu baik yang bersifat *behavioral* maupun mental dalam upaya menangani kebutuhan-kebutuhan dalam diri, frustrasi, konflik, keharmonisan diri pada lingkungan dan berpendapat bahwa penyesuaian diri memiliki empat unsur yakni, pertama *adaption* yaitu penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan seseorang dalam beradaptasi, kedua *comformity* yaitu seseorang dikatakan memiliki penyesuaian diri yang baik apabila memenuhi kriteria sosial dan hati nurani, ketiga *mastery* yakni orang yang mempunyai penyesuaian diri yang baik memiliki kemampuan dalam merencanakan dan mengorganisasikan suatu respon yang timbul dari dalam dirinya sehingga mampu menyusun dan menanggapi segala masalah dengan efisien, keempat *individual variation* yakni adanya perbedaan setiap individu pada perilaku dan respon yang muncul setiap masing-masing individu dalam menghadapi masalah.

Self-esteem juga sangat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang ketika menghadapi berbagai situasi karena hal ini akan memperlihatkan penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Menurut Coopersmith (dalam

Ahmed et al., 1985) *self-esteem* adalah penilaian yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, dan indikasi besarnya suatu kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan. *Self-esteem* adalah “*personal judgement*” mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa membangun hubungan yang selaras dengan seseorang membutuhkan keikutsertaan rasa simpatik yang cukup antar dua pihak. Hubungan yang seharusnya dimiliki oleh individu adalah hubungan yang dapat membuat individu satu sama lain merasa nyaman, aman, dan bahagia pada saat menjalaninya. Dengan menyesuaikan diri masing-masing, individu disarankan untuk jauh lebih mengenal dirinya sendiri terlebih dahulu, baik mengenal secara kelebihan maupun kekurangan yang dimiliki, ini menjadi salah satu cara untuk individu agar dapat menyesuaikan diri kepada pasangan nantinya.

1.2 Rumusan Masalah

Beberapa jurnal penelitian yang berkaitan dengan penyesuaian diri dan *self-esteem* yang pertama penelitian dari Zahra & Yanuvianti (2017) dengan judul penelitian Hubungan antara Kekerasan dalam Berpacaran (*Dating Violence*) dengan *Self-Esteem* pada Wanita Korban KDP di Kota Bandung. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswi korban KDP di Kota Bandung sebanyak 78 orang. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional dan teknik purposive sampling. Mendapatkan hasil pada variabel kekerasan dalam berpacaran (*dating violence*) dengan *self-esteem* diketahui bahwa terdapat hubungan yang erat dan signifikan antara *dating violence* dengan *self-esteem* ($r = -0.440$) artinya ada hubungan yang erat antara KDP dengan perkembangan *self-esteem*.

Penelitian kedua dari Arum & Khoirunnisa (2021) dengan judul Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Psikologi. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 156 mahasiswa. Penelitian

ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan teknik korelasional. Mendapatkan hasil signifikansi 0,000 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi diri dengan penyesuaian diri dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,612 sehingga menunjukkan bahwa regulasi yang tinggi maka semakin mudah mahasiswa baru untuk melakukan penyesuaian diri dan sebaliknya semakin rendah regulasi diri maka mahasiswa kurang dapat melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan.

Penelitian ketiga dari Widad & Arjanggih (2021) dengan judul penelitian Hubungan Antara Self Esteem dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Angkatan 2019 sebanyak 126 orang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Cluster Random Sampling*. Mendapatkan hasil bahwa ada hubungan positif antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa.

Penelitian keempat dari Permatasari & Savira (2018) dengan judul penelitian Hubungan Antara *Self Esteem* Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Angkatan 2017 universitas Negeri Surabaya. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi sebanyak 142 orang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan Teknik korelasi. Mendapatkan hasil bahwa penelitian ini menunjukkan hubungan positif dan signifikan kedua variabel yang cukup kuat.

Penelitian kelima dari Marpaung & Rozali (2021) dengan judul penelitian Pengaruh *Self Esteem* Terhadap *Romantic Jealousy* Pada Individu Dewasa Awal. Subjek dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal sebanyak 100 orang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian studi kuantitatif kausal komparatif dengan Teknik *purposive sampling*. Mendapatkan hasil bahwa *self esteem* berpengaruh 11% dalam terhadap *romantic jealousy*, sedangkan 89% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa *romantic jealousy* tidak dipengaruhi oleh lamanya menjalani hubungan kekasih.

Berdasarkan uraian latar belakang maka rumusan masalah yang dijadikan focus penelitian ini adalah “Apakah terdapat Hubungan antara *Self-Esteem* dengan Penyesuaian Diri pada pasangan muda di *Coffee Omah Bekasi*?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda di *coffee omah Bekasi*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk menambah bahan kajian dan wawasan dalam ilmu psikologi yang berkaitan dengan *self-esteem* dan penyesuaian diri pada pasangan muda. Penelitian ini juga bermanfaat bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji hal yang serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dalam penelitian ini diharapkan bisa menambah wawasan dan ilmu psikologi kepada pembaca mengenai *self-esteem* dengan penyesuaian diri pada pasangan muda, sehingga banyak yang dapat memahami dan meningkatkan *self-esteem* dan penyesuaian diri terhadap pasangan masing-masing.