

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Trust Issue merupakan efek dari rasa tidak percaya seorang individu kepada individu lainnya, yang ditandai dengan perilaku menutup diri sendiri dari orang lain (Aisah et al., 2023). Ketidakpercayaan ini diekspresikan dalam bentuk renggangnya hubungan, yang menandakan individu menarik diri ketika terjadi pertentangan dengan dirinya sendiri maupun orang lain (Moesarofah, 2022). Ketika seseorang menetapkan untuk mempertahankan kepercayaan dalam hubungan pertemanan, hal penting dalam membangun dan mempertahankan hubungan tersebut yaitu terlibat dalam perilaku percaya yang berorientasi pada pendekatan dan menghindari perilaku yang biasanya terkait dengan ketidakpercayaan ataupun kecurigaan (Van der Werff et al., 2019). Namun, Individu yang mengalami *trust issue* akan merasa kesulitan dalam meningkatkan rasa percaya pada orang lain, serta tidak dapat dengan mudah berkomitmen dalam hubungan pertemanan (Ng et al., 2018).

Dalam satu studi yang dituliskan Azmitia & Cruz (2017), menemukan bahwa hubungan pertemanan cenderung putus ketika terjadi konflik, jika satu dengan yang lainnya tidak dapat dipercaya, terjadi pengucilan, tidak saling membantu, atau ada kepentingan yang berbeda. Teman baik saling menceritakan segalanya dan mengungkapkan pikiran dan perasaan mereka yang paling pribadi (Pittman & Richmond, 2008). Proses interaksi ini banyak terjadi didalam komunikasi antar mahasiswa. Terlebih ketika mulai masuk ke universitas, mahasiswa rentan mengalami keterasingan pertemanan, dorongan, dari hubungan sosial di masa lalu sehingga menjadi tantangan bagi mahasiswa untuk masuk ke hubungan pertemanan baru (Kartikarini et al., 2022).

Pada hubungan pertemanan adanya konflik menandakan rusaknya ikatan pertemanan, sama halnya dengan perbedaan pendapat, rasa geram dan

marah serta ketidakpercayaan terhadap seorang teman (Muhamad, 2021). Hubungan pertemanan yang menimbulkan perasaan tidak percaya, kebencian, dan keterasingan pertemanan cenderung merusak kualitas hubungan (Soenens et al., 2008). Seseorang dapat lebih percaya dengan teman dekatnya daripada orang yang baru dikenal, sebagian lagi menaruh rasa percaya kepada teman dekat lebih dari yang lain, bahkan seseorang yang mengalami trust issue pun terkadang memiliki hubungan pertemanan yang dekat (Hundtington & Davis, 2023).

Dalam pertemanan yang baik, semakin berpengaruh seorang teman, maka akan semakin tinggi pula kepercayaan, intensitas menghabiskan waktu bersama, serta berkurangnya penarikan diri (Berndt, 2002). Rasa percaya diyakini mempengaruhi hubungan pertemanan karena hubungan dicirikan dengan kepercayaan yang sangat dihargai sehingga individu berkeinginan untuk berkomitmen dalam hubungan tersebut (Clark et al., 2017). Menurut Furman dan Buhrmester (2016), Untuk menilai kualitas pertemanan dapat dilihat dari keintiman sebagai bentuk kekuatan kasih sayang, keterikatan timbal-balik, kekaguman atau rasa hormat yang dirasakan satu sama lain, rasa percaya untuk saling mengandalkan, serta kepuasan emosional (Tani et al., 2015). Kualitas pertemanan yang positif memprediksi tingkat harga diri yang lebih tinggi, hubungan sosial yang dapat mengurangi tekanan dan berkontribusi kesejahteraan serta dukungan teman dapat meningkatkan kepuasan (Gloeckler, 2015). Sedangkan, menurut Mathur & Berndt (2006), apapun kegiatan yang dilakukan bersama dengan teman dapat meningkatkan kualitas pertemanan misalnya ketika bersosialisasi, seorang teman dapat membangun kedekatan serta kepercayaan yang sangat penting dalam pertemanan tersebut.

Dari penelitian Pratiwi & Satiningsih (2020), menunjukkan bahwa kualitas pertemanan ditinjau dari gaya kelekatan pada mahasiswa yang mana untuk membangun kedekatan saat menjalin hubungan dengan orang lain diperlukan rasa aman dan mempunyai kepercayaan yang baik terhadap individu lain. Pertemanan sendiri itu kebal atau setidaknya tahan fitnah, ketika

mengenal teman dengan baik dan ada banyak hal yang merusak keyakinan seseorang akan kebaikan, namun teman percaya satu sama lain. Jika kita tidak bisa mempercayai teman kita berarti tidak bisa disebut sebagai teman (Mehdi & Zahra, 2020). Namun seringkali, *negative thinking* atau pikiran buruk dapat menghambat seseorang untuk berjalan kearah yang lebih baik dan dapat berbentuk perilaku yang tidak terarah. Pemikiran ini dapat menyebabkan individu menjadi lemah serta tidak melakukan hal secara maksimal karena ia beranggapan tidak akan berhasil ataupun sukses. Pola *negative thinking* cenderung membuat individu memiliki pandangan negatif terhadap sesuatu dari segala sisi. Seseorang dengan pola pikir ini terus memberikan penilaian bahwa dirinya tidak mampu dan selalu mencemaskan kejadian yang belum terjadi, pola pikir negatif ini akan berpengaruh pada kehidupan individu tersebut (Mahardhika, 2016). Mahasiswa dengan hubungan pertemanan yang tidak sehat akan mengungkapkan ketidakamanan masing-masing, kemampuan untuk memiliki teman dekat untuk berbagi sehingga mereka dapat berteman dekat dan dapat dipercaya satu sama lain (Sima & Singh, 2017).

Hasil penelitian lain menunjukkan adanya keterkaitan antara rasa kepercayaan dengan kualitas pertemanan menyatakan bahwa semakin tinggi rasa kepercayaan dalam pertemanan, maka semakin tinggi kualitas yang dimiliki sebuah hubungan (Fitrianingrum, 2021). Kualitas pertemanan juga berdampak langsung pada tingginya pengaruh seseorang pada sikap dan perilaku satu sama lain (Berndt, 2002). Penelitian lain menunjukkan bahwa mahasiswa yang menyesuaikan sikap dengan temannya begitupun teman yang dipilihnya berdasarkan perubahan situasional cenderung tidak mempercayai teman mereka, juga tidak merasa bahwa mereka dipercaya oleh teman-temannya (Matsushima, 2016). Di sisi lain, Warris & Rafique, (2009) menemukan bahwa pertemanan dan kepercayaan berkaitan erat, tidak ada hubungan yang dapat bertahan jika kepercayaan hilang dan pertemanan hanya bisa tumbuh karena kepercayaan. Hubungan pertemanan yang dekat dalam berperilaku dan berpikir dengan cara yang mempertahankan atau meningkatkan

kualitas hubungan mereka yang mana pengungkapan itu sendiri berkaitan dengan kepercayaan yang membuat orang lain terbuka (Morry & Kito, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian (Immanuel et al., 2021), menghasilkan bahwa pikiran-pikiran negatif pada mahasiswa berkaitan dengan hubungan pertemanan mahasiswa tersebut. Untuk mempertahankan hubungan pertemanan diperlukan pengendalian perasaan dan pikiran (Damayanti & Haryanto, 2019). Analisis korelasi menunjukkan bahwa adanya keterkaitan antara pemikiran negatif pada kualitas pertemanan dimana semakin tinggi kualitas hubungan pertemanan akan menghasilkan hubungan yang intim, dan menumbuhkan rasa kepercayaan sehingga individu yang terlibat mampu mengatasi permasalahan yang ada dengan baik (Salsabila & Maryatmi, 2019).

1.2 Rumusan Masalah

Hasil penelitian dari Rahardian (2011) , menunjukkan bahwa kepercayaan berpengaruh terhadap kualitas hubungan, dimana kepercayaan seseorang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya level kualitas hubungan.

Hasil penelitian Azmitia & Cruz (2017), menunjukkan bahwa 21% termasuk tidak dapat dipercaya, 6% menyebutkan pengecualian, dan 2% menyebutkan tidak membantu pelanggaran kewajiban dalam persahabatan ketidakpercayaan adalah yang paling sering disebutkan.

Penelitian lain menjelaskan bahwa kalangan mahasiswa tidak tertarik untuk menjalin hubungan dikarenakan kurangnya keterikatan dan rasa percaya yang didapat dari data mahasiswa yang tidak mempercayai informasi yang diberikan oleh temannya dimana hanya 163 dari 401 mahasiswa memiliki keyakinan dan kepercayaan terhadap teman kuliahnya (Sima & Singh, 2017).

Kartikarini et al (2022) pada penelitiannya, menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa baru berada pada tahap awal pertemanan yang sangat membutuhkan usaha, keberanian, pengungkapan diri serta rasa percaya yang lebih mendalam untuk dapat mencapai hubungan pertemanan yang intensif.

Penelitian pada mahasiswa yang mengalami *overthinking* menunjukkan bahwa 74,2% perempuan sering mengalami *overthinking* dan terlihat bahwa salah satu penyebab pola pikir ini yaitu khawatir karena terlalu memikirkan hal negatif sekitar 37,31% (Sebo et al., 2021). Pola *overthinking* dikategorikan menjadi pikiran irasional akan terjadinya hal buruk, sehingga pola pikir ini biasanya melibatkan bias pikiran negatif dari perilaku seseorang selama interaksi dan perilaku orang lain terhadap orang tersebut (Lee et al., 2022). Seseorang yang memiliki pemikiran negatif cenderung terus menilai bahwa dirinya tidak mampu serta akan khawatir terhadap hal yang belum terjadi, serta dapat berpengaruh pada hubungan individu tersebut (Mahardhika, 2016).

Berdasarkan beberapa hasil penelitian diatas diketahui bahwa terlihat ada kekosongan penelitian yaitu belum ada penelitian yang secara khusus membahas pengalaman *negative thinking* pada mahasiswa yang mengalami *trust issue* dapat memengaruhi kualitas pertemanan mereka di lingkungan kampus. Mahasiswa yang memiliki pikiran negatif (*negative thinking*) cenderung mempengaruhi kualitas hubungan pertemanannya. Penelitian ini akan membahas tema penting yaitu kualitas pertemanan pada mahasiswa dan *negative thinking* terkait *trust issue*.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, maka permasalahan yang akan dibahas pada penelitian ini antara lain:

- 1 Apakah terdapat keterkaitan antara variabel *negative thinking* terhadap kualitas pertemanan pada mahasiswa?
- 2 Bagaimana *negative thinking* mempengaruhi kualitas pertemanan mahasiswa?

1.3 Tujuan Penelitian

Dari latar belakang dan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui keterkaitan antara variabel *negative thinking* terhadap kualitas pertemanan pada mahasiswa.

2. Untuk mengetahui adanya pengaruh *negative thinking* pada kualitas pertemanan mahasiswa.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai bahan kajian literature dibidang psikologi sosial.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pengalaman baru dan dapat menjadi bahan evaluasi bagi penelitian selanjutnya.

