

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG MASALAH

Sepanjang rentang kehidupan individu, banyak hal yang dipelajari dan mempengaruhi perkembangan psikologis individu. Pengalaman-pengalaman bersama keluarga dan lingkungannya, membentuk *self esteem* individu. *Self esteem* adalah kecenderungan individu untuk memandang bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan kehidupan dan layak merasa bahagia (Branden, 1994). *Self esteem* mendukung kesuksesan individu dalam menjalin *romantic love* bersama pasangannya. Hubungan *romantic love* antara individu bersama pasangannya, memungkinkan untuk mengalami *jealousy*. *Jealousy* adalah pengalaman emosi negatif yang dihasilkan dari kehilangan suatu hubungan yang berharga bersama pasangan dan menduga akan adanya individu lain yang akan menjadi saingan / *rival* (Salovey, 1991 dalam Brehm, 2002). *Jealousy* meliputi tiga macam perasaan, yaitu *hurt*, *fear*, dan *anger* (Guerrero & Andersen, 1998b ; Sharpsteen, 1993 dalam Brehm, 2002). Individu dengan *self* yang tinggi tidak selalu mengalami *jealousy* yang rendah, bila dibandingkan individu dengan *self esteem* rendah.

Masa dewasa awal biasanya dimulai pada akhir usia belasan atau permulaan dua puluhan dan berlangsung hingga usia tiga puluhan (Santrock, 1995). Ketika individu beranjak dewasa, ia mulai memilih pasangan, belajar hidup

dengan seseorang secara intim, membangun hubungan dekat dengan lawan jenis yang dijadikan pasangan dalam hubungan cinta atau pacaran. Hubungan yang dekat dan stabil dengan pasangan, tidak hanya diwarnai oleh rasa cinta dan peduli saja, adakalanya juga memunculkan rasa *jealous* yang berhubungan dengan kehidupan pacar terhadap lingkungan maupun pribadinya.

Romantic love menandai kehidupan percintaan masa remaja dan juga merupakan hal yang penting bagi para mahasiswa. *Romantic love* mencakup jalinan yang emosi yang berbeda-beda, seperti ketakutan, amarah, hasrat seksual, kesenangan, dan *jealousy* (Berscheid & Fei, 1977 dalam Santrock, 1995).

Suatu poling tentang *jealousy* yang dilakukan oleh sebuah surat kabar ibukota, menyatakan bahwa 58,9% responden mengungkapkan bahwa *jealous* merupakan perwujudan kasih sayang (Jawa Pos, Deteksi Jakarta, 16 April 2005). *Jealous* adalah cara seseorang untuk membuat pacarnya merasa percaya dan yakin kalau dirinya benar-benar menyayangi pasangannya. Menurut poling tersebut, *jealous* dapat dipertanggungjawabkan apabila mempunyai alasan yang jelas. Hasil poling responden mengatakan bahwa *jealous* muncul karena seseorang merasa takut kehilangan orang yang disayangi (misalnya, trauma kehilangan pacar di masa lalu), *jealous* juga merupakan salah satu cara untuk memproteksi diri supaya tidak kehilangan orang yang disayangi.

Beranjak dari fenomena aktual mengenai masalah dalam berpacaran, Radio Ardan Bandung melakukan survei mengenai *jealous* pada pria dan wanita pendengar radio tersebut. Hasil survei tersebut, menyebutkan pria dan wanita yang berpacaran selama 4 bulan sampai dengan 2 tahun mengalami *jealous* dalam

berpacaran ketika dirinya merasa dirinya kurang berharga bagi pasangan. Berdasarkan hasil survei tersebut, yaitu Bandari Alamanda, S.Psi (2005) melakukan penelitian terhadap mahasiswa/i Fakultas Hukum Universitas Padjajaran angkatan 2001 usia 17 sampai 23 tahun yang sedang berpacaran selama 4 bulan sampai dengan 2 tahun. Hasil dari penelitian tersebut, menyatakan bahwa terdapat hubungan timbal balik antara *self esteem* dan *jealousy* pada mahasiswa/i yang sedang berpacaran/menjalin hubungan *romantic love*. Kekuatan *self esteem* dalam diri mahasiswa/i dapat memprediksi kekuatan *jealousynya* dan sebaliknya, kekuatan *jealousy* mahasiswa tersebut juga dapat memprediksi kekuatan *self esteemnya*. Semakin tinggi *self esteem* yang dimiliki mahasiswa/i, semakin rendah *jealousy* yang dialaminya. Sebaliknya, semakin rendah *self esteem* yang dimiliki mahasiswa tersebut, maka semakin tinggi *jealousynya*.

Peneliti membagikan kuesioner kepada 17 orang responden usia 19 sampai 21 tahun yang sedang berpacaran di Universitas “X” Bandung. Peneliti melakukan survey bagaimana keadaan *self esteem* responden yang sedang berpacaran. Diperoleh data, bahwa sebanyak 94% responden merasakan bahwa dirinya merasa berharga, sedangkan 6% merasakan sebaliknya. Diperoleh data juga bahwa sebanyak 88,2% responden merasa bahwa dirinya merupakan pacar yang sesuai bagi pasangannya. Sebaliknya sebanyak 11,8% responden merasa bahwa keberadaan dirinya sebagai pacar, tidak sesuai bagi pasangannya. Sebagai mahasiswa, tentunya hubungan pacaran yang dibina berada dalam jenjang yang lebih matang dan serius dibandingkan pada masa remaja. Demikian pula dengan responden, sebanyak 94% responden merasa berhak mengungkapkan rencana dan

keinginan akan kelangsungan hubungan mereka di masa depan, namun 6% responden tidak merasakan demikian. Keyakinan akan kelanggengan hubungan pacaran di masa depan, berbeda pada tiap individu. Meskipun mereka merasa berhak menyatakan keinginan dan rencana kelangsungan hubungan di masa depan, namun tidak semuanya berkeyakinan bahwa hubungan mereka akan mantap hingga ke jenjang yang lebih serius (pernikahan). Sebanyak 70,5% responden berkeyakinan bahwa hubungannya akan langgeng, dikarenakan hubungan yang mereka bina dilandasi sportivitas komitmen dan restu dari orang tua masing-masing. Di sisi lain, sebanyak 29,5% responden menyatakan sebaliknya, bahwa mereka tidak yakin apakah hubungan yang mereka bina saat ini akan mencapai jenjang yang lebih serius, hal ini dikarenakan adanya prinsip yang berbeda dengan pasangannya, seringkali tidak menjalankan komitmen bersama sehingga hal tersebut memicu ketidakcocokan antara diri responden dengan pasangannya. Dua individu yang berbeda dengan segala kelebihan dan kekurangannya, diproses dan diuji kedewasaannya dalam suatu hubungan pacaran. Terdapat pula 88,2% responden merasa percaya diri pada kemampuannya, bahkan menurut mereka pasangannya memiliki kemampuan yang berbeda, dengan demikian mereka berharap dapat saling melengkapi. Sedangkan 11,8% responden merasa tidak percaya diri atas keadaan dirinya sebagai seorang pacar bagi pasangannya. Dalam berpacaran, setiap individu mengalami berbagai emosi, namun tidak semua individu dapat mengungkapkannya. Adakalanya mereka tidak menjadi diri sendiri di depan pasangannya. Terdapat 76,5% responden terbuka

dalam mengekspresikan emosinya di depan pasangannya, 23,5% responden lainnya lebih memilih untuk bersikap jaga *image*.

Peneliti juga membagikan kuesioner *jealousy* pada responden yang sama. Hasilnya, 100% responden pernah merasakan cemburu terhadap pasangannya. Terdapat 17 responden dan diperoleh 70,5% responden menyatakan bahwa dirinya merupakan tipe pencemburu, sedangkan 29,5% lainnya bukan tipe pencemburu. Frekuensi kecemburuan responden terhadap pasangan masing-masing, juga bervariasi. Terdapat 11,7% responden sering merasakan cemburu terhadap pasangannya, sedangkan 88,3% responden kadang-kadang merasa cemburu terhadap pasangannya. Responden juga memiliki berbagai alasan yang melatarbelakangi kecemburuan yang dirasakan, yaitu : pasangan dekat dengan lawan jenis yang tidak dikenal, pasangan yang terlalu ramah, rasa takut kehilangan pasangan, pasangannya masih berhubungan baik dan menceritakan segala sesuatu yang berhubungan dengan mantan pacarnya, pasangan lebih mengutamakan teman-temannya. Reaksi terhadap kecemburuan mereka juga beragam, yaitu : berkomunikasi baik-baik, diam, marah, acuh, kesal, tidak mau menghubungi pasangan. Responden juga ada yang berasumsi bahwa cemburu itu diperlukan dalam hubungan pacaran, namun ada juga yang sebaliknya. Terdapat 70,5% responden yang memiliki alasan mengenai perlunya cemburu terhadap pasangan, yaitu supaya semakin mempererat hubungan, pertanda rasa sayang terhadap pasangan, bentuk kepedulian terhadap pasangan, supaya pasangan mengetahui batas-batas pergaulan dengan lawan jenisnya. Pada sisi lain, terdapat 29,5% responden mengungkapkan bahwa pada dasarnya cemburu itu tidak perlu,

justru yang harus dibina adalah saling percaya dengan pasangan. Kecemburuan dalam hubungan pacaran memungkinkan untuk memicu adanya konflik dalam hubungan mereka . Berbagai reaksi yang diungkapkan di atas merupakan suatu bentuk ungkapan kecemburuan yang dipicu oleh adanya suatu konflik dengan pasangan. Menurut data yang diperoleh peneliti, terdapat 70,5% responden bertengkar dengan pasangannya tidak dipicu oleh dominasi rasa cemburu, pada sisi lain terdapat 29,5% responden dipicu oleh dominasi rasa cemburu. Umumnya responden memahami penyebab kecemburuan mereka terhadap pasangannya.

Berdasarkan data di atas, peneliti melihat fenomena bahwa individu dengan *self esteem* yang berbeda, memungkinkan untuk mengalami *jealousy*. Secara global, 94% individu yang memiliki *self respect* tinggi, mereka mengalami *jealousy* dalam hubungannya bersama pasangan, misalnya takut kehilangan pasangan karena pasangan dekat dengan lawan jenis. Diantara individu dengan *self respect* tinggi tersebut, terdapat juga 29,5% individu dengan *self efficacy* rendah yang merasakan *hurt* (komponen *jealousy*) dan mengalami *mate value* (salah satu faktor *jealousy*) dalam berpacaran, misalnya adanya perbedaan prinsip dengan pasangan yang mengakibatkan perasaan sakit hati sehingga tidak yakin akan kelanjutan hubungannya bersama pasangan di masa depan. Beranjak dari pemikiran tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *self esteem* dan *jealousy* pada mahasiswa Universitas “X” yang sedang menjalin hubungan *romantic love*.

1.2 IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan hasil pengamatan fenomena *jealousy* yang diungkapkan di media massa dan survey terhadap mahasiswa Universitas “X” usia 19 sampai dengan 21 tahun yang sedang menjalin hubungan pacaran, maka masalah yang ingin diteliti adalah hubungan antara *self esteem* dan *jealousy* pada mahasiswa Universitas “X” yang sedang menjalin hubungan *romantic love*.

1.2 MAKSUD dan TUJUAN PENELITIAN

1.2.1 MAKSUD PENELITIAN

Maksud dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data mengenai *self esteem* dan *jealousy* pada mahasiswa Universitas “X” yang sedang menjalin hubungan *romantic love*.

1.2.2 TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini adalah memberikan gambaran tentang hubungan *self esteem* dan *jealousy* pada mahasiswa Universitas “X” yang sedang menjalin hubungan *romantic love*.

1.3 KEGUNAAN PENELITIAN

1.3.1 KEGUNAAN TEORITIS

- Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi bagi pengembangan ilmu Psikologi Perkembangan, khususnya mengenai hubungan antara *self esteem* dan *jealousy* pada mahasiswa/i yang sedang menjalin hubungan *romantic love*.
- Hasil penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan informasi bagi penelitian selanjutnya.

1.3.2 KEGUNAAN PRAKTIS

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa/i untuk mengetahui kualitas *self esteem* dalam diri dan merespon *jealousy* sebagai ekspresi emosi negatif yang dapat dipertanggungjawabkan dalam hubungannya bersama pasangan.

1.4 KERANGKA PIKIR

Masa dewasa awal biasanya dimulai pada akhir usia belasan atau permulaan usia dua puluhan hingga tiga puluhan (Santrock, 1995). Ketika individu beranjak dewasa, ia mulai memilih pasangan, belajar hidup dengan seseorang secara intim, membangun hubungan dengan lawan jenis yang dijadikan pasangan dalam hubungan cinta atau pacaran. Hubungan yang dekat dan stabil dengan pasangan tidak hanya diwarnai oleh rasa cinta dan peduli saja, adakalanya

juga memunculkan rasa *jealous* yang berhubungan dengan kehidupan pasangan terhadap lingkungan maupun pribadinya.

Romantic love juga menandai kehidupan percintaan para remaja maupun mahasiswa/i. *Romantic love* mencakup jalinan emosi yang berbeda-beda, seperti ketakutan, amarah, hasrat seksual, kesenangan dan kecemburuan (Berscheid & Fei, 1977 dalam Santrock, 1995). *Romantic love* adalah pengalaman ketika keintiman dan nafsu yang tinggi terjadi secara bersamaan. *Romantic love* merupakan perpaduan dari rasa suka dan jatuh hati terhadap seseorang (Robert Sternberg, 1986 dalam Santrock, 1995). Banyak bentuk emosi yang baik maupun buruk, yang dapat mempengaruhi perasaan-perasaan individu dalam *romantic love*. *Romantic love* bersumber dari ketergugahan psikologis yang digabungkan dengan kepercayaan bahwa individu lain adalah penyebab ketergugahannya (Berscheid & Walster, 1974 dalam Santrock 1995).

Suatu hubungan *romantic love* akan berjalan dengan baik, salah satunya bila didukung oleh *self esteem* yang “sehat” pada diri individu tersebut. *Self esteem* adalah kecenderungan individu untuk memandang bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan kehidupan dan layak merasa bahagia (Branden, 1994). *Self esteem* memiliki dua aspek yang saling terkait, yaitu : (1) *Self efficacy* (keyakinan dalam menghadapi tantangan hidup) dan (2) *Self respect* (perasaan layak untuk merasa bahagia). Ketika individu merasa diri mampu dan berharga, maka individu memiliki dasar untuk menghargai dan mencintai orang lain. Tetapi apabila individu kurang menghargai dirinya, maka individu akan

merasa kebutuhan dirinya belum terpenuhi. Ini merupakan salah satu alasan mengapa usaha dalam suatu hubungan seringkali gagal.

Menurut Branden (1994), apabila individu merasa tidak mampu menghadapi tantangan hidup, tidak memiliki dasar *self trust*, yakin pada pikirannya, maka perlu mengenali kekurangan *self esteem*-nya. Selain itu, apabila individu bermasalah dalam *self respect*-nya, merasa tidak layak untuk menerima cinta atau penghargaan dari orang lain, merasa tidak berhak untuk merasa bahagia, takut pada pendapat orang lain, maka perlu juga untuk mengenali kekurangan *self esteem*-nya. Apabila salah satu dari *self respect* atau *self efficacy* tidak ada, maka *self esteem* akan lemah. Sejak *self esteem* menjadi suatu kepentingan bagi individu, maka dihasilkan praktek-praktek yang mendukung *self esteem*, yaitu :

- (1) *The practice of living consciously* (menjalani kehidupan dengan penuh kesadaran dan mampu menampilkan tingkah laku yang sesuai).
- (2) *The practice of self acceptance* (menerima keberadaan diri sebagai individu yang berharga).
- (3) *The practice of self responsibility* (kesediaan untuk bertanggung jawab terhadap tindakan dan pencapaian tujuannya).
- (4) *The practice of self assertiveness* (menghargai nilai-nilai dan kebutuhan individu).
- (5) *The practice of living purposefully* (mampu mencapai tujuan dalam mengatasi tantangan hidup).
- (6) *The practice of personal integrity* (kemampuan untuk menggabungkan idealisme, pendirian, standar, keyakinan, dan perilaku).

Praktek-praktek pendukung *self esteem* di atas, terintegrasi dalam kehidupan kita sehari-hari dan merupakan hal yang penting karena dapat menimbulkan emosi dan tindakan. Segala sesuatu yang dipikirkan, dipercayai, dan

dikatakan oleh individu tentang dirinya akan mempengaruhi perasaan dan perilakunya.

Self esteem yang tinggi nampak dalam beberapa perilaku sebagai berikut : bertahan dalam kesulitan ; berusaha dalam menghadapi tantangan dan mencapai tujuan yang bermanfaat ; cenderung ambisius dalam pengalaman hidup yang berhubungan dengan emosional, intelektual, kreatifitas, spiritualitas, ekspresif, lebih terbuka, jujur, berkomunikasi dengan cara yang tepat, merasa yakin dalam menjalani hidup, merasa kompeten dan berharga, menilai kemampuannya secara realistik. Sedangkan *self esteem* yang rendah nampak dalam beberapa perilaku berikut : mudah menyerah, mencari kenyamanan dalam hal-hal yang lazim dan tidak sulit, kurang ingin berprestasi, lebih tertutup, menghindar, berkomunikasi dengan cara yang kurang tepat, merasa tidak pantas untuk hidup, merasa sebagai orang yang salah, cenderung meremehkan kemampuannya.

Dalam suatu hubungan *romantic love*, kualitas *self esteem* dalam diri individu akan memprediksi *jealousy* yang dialami individu selama berhubungan bersama pasangan. *Jealousy* adalah pengalaman emosi negatif yang dihasilkan dari kehilangan suatu hubungan yang berharga bersama pasangan dan menduga akan adanya individu lain yang akan menjadi saingan / *rival* (Salovey, 1991 dalam Brehm, 2002). *Jealousy* meliputi tiga macam perasaan (Guerrero & Andersen, 1998b ; Sharpsteen, 1993 dalam Brehm, 2002), yaitu : (1) *Hurt* (perasaan sakit hati karena pasangan gagal untuk menghargai komitmennya dalam suatu hubungan). (2) *Fear* (perasaan takut yang dihasilkan dari harapan yang buruk

akan ditelantarkan dan kehilangan pasangan). (3) *Anger* (perasaan marah yang mengacu pada perilaku pasangan yang mulai menyimpang).

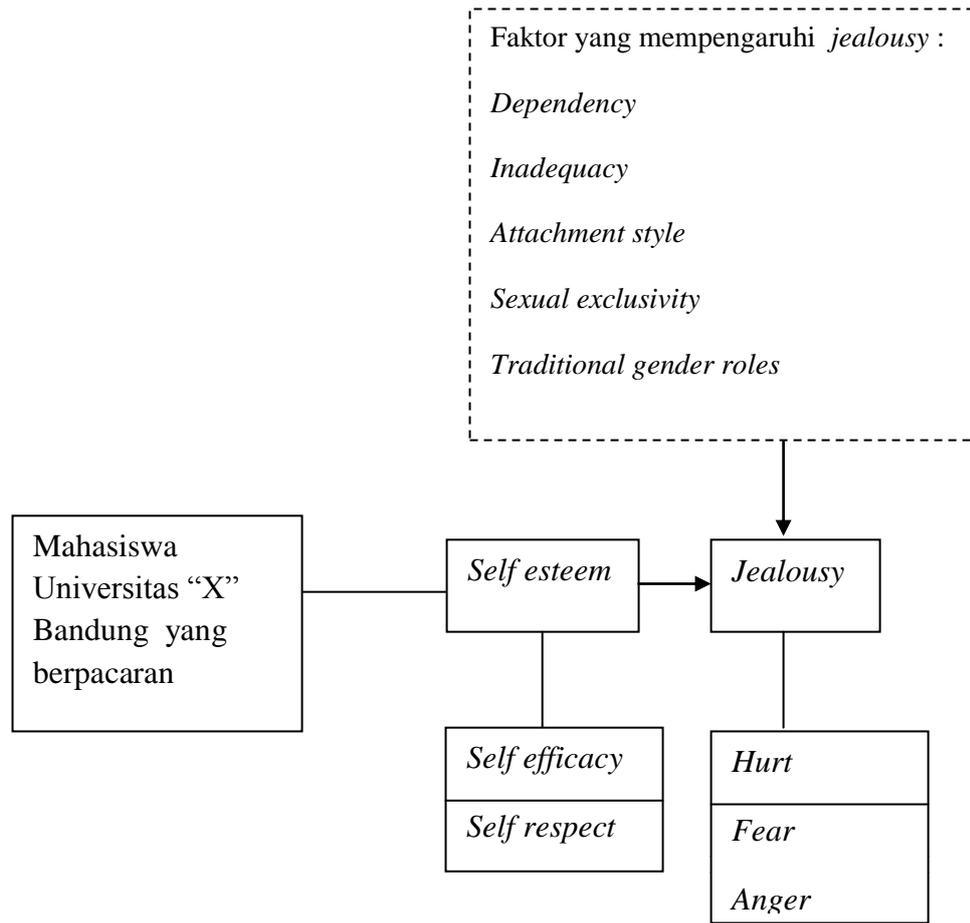
Jealousy dipengaruhi oleh beberapa faktor sebagai berikut : (1) *Dependency* (ketergantungan individu terhadap pasangannya bila tidak memiliki alternatif orang lain untuk dijadikan pasangan). (2) *Inadequacy* (perasaan cemas bahwa dirinya tidak memenuhi harapan pasangannya). Individu yang *inadequacy* cenderung merasa *jealous* dibandingkan dengan individu yang merasa yakin dapat memenuhi harapan pasangannya. Di dalam *inadequacy*, tercakup pula *mate value*, yaitu penilaian terhadap pasangan, dimana salah seorang pasangan lebih diharapkan daripada pasangannya. (3) *Attachment style* (hubungan emosional yang sangat dekat antara bayi dan perawatnya). Dalam hal ini yang dibangun adalah *adult attachment*. Salah satu bentuk *attachment style*, yaitu *preoccupied* (individu terlihat dekat dengan orang lain, tetapi berada dalam kecemasan yang kronis bila pasangannya tidak cukup mencintainya lagi). Individu dengan *preoccupied style* cenderung merasakan *jealous*. (4) *Sexual exclusivity* (pandangan individu terhadap jenis kelamin semata). Individu yang mengharapkan pasangannya ber-monogami cenderung lebih merasa *jealous*. (5) *Traditional gender roles* (pola-pola perilaku yang secara budaya mengharapkan pria dan wanita menjadi sosok yang “normal”). Pria yang maskulin dan wanita yang feminin cenderung merasa *jealous* dibandingkan dengan individu *androgyni*.

Guerrero & Andersen (1998 dalam Brehm, 2002) mengungkapkan bahwa *self esteem* yang tinggi tidak selalu mengalami *jealousy* yang rendah, dibandingkan dengan individu yang *self esteem* yang rendah. Berkaitan dengan

faktor *inadequacy*, *self confidence* dalam suatu hubungan umumnya dipengaruhi oleh perasaan *self worth* individu. Persepsi individu tentang *adequacy*-nya (kecukupan) sebagai pasangan dalam suatu hubungan tergantung pada seberapa besar pasangannya menyukai dan membutuhkannya dibandingkan dengan seberapa besar individu menyukai dirinya. Faktor *inadequacy* dalam diri individu tersebut berkaitan dengan *self esteem* yang terbentuk dalam diri individu tersebut.

Branden (1994), tidak membahas bahwa *self esteem* berhubungan langsung dengan *jealousy*. Namun Branden memaparkan, adanya hubungan antara *self esteem* dengan *fear*, *hurt*, dan *anger*, dimana dalam suatu hubungan *romantic love*, ketiga komponen tersebut merupakan perasaan yang membentuk *jealousy*.

Mahasiswa yang sedang berpacaran, memiliki *self esteem* yang berbeda-beda dalam dirinya. Seperti yang diketahui sebelumnya, bahwa *self esteem* terbentuk oleh *self efficacy* dan *self respect*. Selama berhubungan bersama pasangan, adakalanya individu mengalami emosi negatif. Salah satu bentuk emosi negatif dalam berpacaran adalah *jealousy*. *Jealousy* terbentuk dari komponen *hurt*, *fear* dan *anger*. Secara tidak langsung, munculnya *jealousy* dipengaruhi oleh 5 faktor, yaitu *dependency*, *inadequacy*, *attachment style*, *sexual exclusivity*, *traditional gender roles*. Beranjak dari pemikiran di atas, peneliti ingin mengetahui hubungan antara *self esteem* dan *jealousy* yang diringkaskan dalam bagan kerangka pikir sebagai berikut :



Bagan 1.1 Kerangka pikir

1.5 ASUMSI PENELITIAN

1. Mahasiswa/i yang sedang menjalin hubungan *romantic love*, memungkinkan memiliki tingkat *self esteem* yang berbeda dalam menjalankan perannya sebagai seorang kekasih bagi pasangannya.
2. *Self esteem* memiliki dua buah komponen yang saling mendukung, yaitu *self efficacy* dan *self respect*.
3. *Self esteem* berkaitan dengan perasaan *fear*, *hurt* dan *anger* dalam hubungannya dengan kedekatan bersama orang lain.
4. *Jealousy* mencakup perasaan *hurt*, *fear* dan *anger* yang memungkinkan perbedaan tingkat *jealousy* tinggi dan rendah.

1.6 HIPOTESIS PENELITIAN

Hipotesis penelitian yang diajukan adalah :

“Terdapat hubungan antara *self esteem* dan *jealousy* pada mahasiswa/i Universitas “X” yang sedang menjalin hubungan *romantic love*.”