

## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini akan diuraikan mengenai teori yang berkaitan dengan variable penelitian, seperti definisi, faktor-faktor yang mempengaruhi, dimensi, dan lain sebagainya. Bagian pertama dalam bab ini akan membahas mengenai kesepian dan agresi. Selanjutnya akan dijelaskan mengenai subjek yang akan diteliti yaitu remaja dan hubungan romantis. Bab ini akan ditutup oleh pembahasan mengenai hubungan antara kesepian dengan agresivitas pada remaja.

#### 2.1 Kesepian

##### 2.1.1 Definisi Kesepian

Kesepian merupakan suatu fenomena yang umum dan sering sekali terjadi (Check, Perlman, dan Malamuth, 1985), dan merupakan salah satu situasi yang paling menyakitkan yang dialami manusia (Fitzgibbons, 1989). Hampir semua orang pernah mengalami kesepian namun perasaan tersebut akan berbeda antara satu individu dengan individu lainnya (Matondang, 1991).

Weiss (dalam Peplau dan Perlman, 1982) mengemukakan bahwa kesepian tidak disebabkan oleh kesendirian, namun disebabkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan akan hubungan atau rangkaian hubungan yang pasti, atau karena tidak tersedianya hubungan yang dibutuhkan oleh individu tersebut. Kesepian biasanya disertai penyebab negatif, yaitu perasaan depresi, kecemasan, ketidakbahagiaan, ketidakpuasan yang diasosiasikan dengan sikap pesimis, menyalahkan diri sendiri, dan rasa malu (Anderson et al; Jackons, Soderlind, dan Weiss; Jones, Carpenter, dan Quintana; dalam Baron dan Byrne, 2001).

Peplau dan Perlman (1982) mengatakan bahwa terdapat 3 pengertian penting dari kesepian, yaitu sebagai berikut:

1. Pendekatan *Need for Intimacy*

Pendekatan ini menekankan mengenai kebutuhan seseorang dalam berhubungan dekat dengan orang lain. Definisi kesepian dari pendekatan ini adalah:

*“.. the exceedingly unpleasant and driving experience connected with inadequate discharge of the need for human intimacy, for interpersonal intimacy.”*

(Sullivan, dalam Peplau dan Perlman, 1982:4)

*“Loneliness caused not by being alone but being some without definite needed relationship or set of relationship. Loneliness appears always to be a response to the absent of some particular type of relationships or more accurately, a response to the absence of some particular relational provision.”*

(Weiss, dalam Peplau dan Perlman, 1982:4)

## 2. Pendekatan *Cognitive Processes*

Pendekatan ini melibatkan persepsi seseorang dan evaluasi hubungan sosialnya. Kesepian dalam pendekatan ini menyatakan adanya perbedaan atau kesenjangan antara hubungan sosial yang individu inginkan dan yang individu capai. Definisi kesepian dari pendekatan ini adalah:

*“..an individual emotional and cognitive reason to having fewer and less satisfying relationships than he or she desires.”*

(Archibald, Bartholomew, dan Marx, dalam Baron dan Byrne, 2004:304)

*“..an experienced discrepancy between the kinds of interpersonal relationships the individual perceives himself as having at the time, and the kinds of relationships he would like to have, either in terms of his past experience or some ideal state that he has actually never experienced.”*

(Sermat, dalam Peplau dan Perlman, 1982:4)

## 3. Pendekatan *Social Reinforcement*

Pendekatan ini mengatakan bahwa kesepian disebabkan oleh kurangnya reinforcement dari lingkungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa seseorang merasa kesepian jika interaksi sosial yang ia alami kurang menyenangkan dan tidak dapat menghasilkan reinforcement. Definisi kesepian dari pendekatan ini adalah:

*“..is a feeling of deprivation caused by the lack of certain kinds of human contacts the feeling that someone is missing. And since one has to have had some expectations of what it was that would be in this empty space, loneliness can further be characterized as the sense of deprivation that comes when certain expected human relationships are absent”*

(Gordon, dalam Peplau dan Perlman, 1982: 4)

**Universitas Indonesia**

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah salah satu perasaan tidak menyenangkan yang disebabkan oleh berbagai hal, yaitu karena kedekatan dalam hubungan sosial yang tidak ada, hubungan sosial yang kurang memuaskan, atau hubungan sosial yang tidak sesuai dengan harapan individu itu sendiri. Selanjutnya, definisi kesepian yang akan digunakan adalah definisi kesepian dengan pendekatan *Cognitive Processes*, yaitu adanya perbedaan atau kesenjangan antara hubungan sosial yang individu inginkan dan yang individu capai.

### 2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi Kesepian

Terdapat individu yang memiliki kecenderungan untuk mengalami kesepian lebih tinggi daripada individu lainnya. Hal itu disebabkan oleh hal-hal berikut (Miller, Perlman, dan Brehm, 2007):

#### a. Kebangsaan

Penelitian antar budaya menyatakan adanya perbedaan tingkat kesepian di berbagai negara atau antara negara barat dengan timur. Masyarakat di negara timur dianggap lebih merasakan kesepian dibanding masyarakat negara barat, karena adanya *self-serving bias* dalam sikapnya (Mezulis et al., 2004). Selain itu, faktor lain yang mempengaruhi adalah adanya integrasi sosial atau hubungan antar tetangga dan komunitas (Green et al., 2001).

#### b. Status Sosial Ekonomi

Pendapatan dan pendidikan juga berhubungan dengan kesepian dengan arah negatif, yaitu semakin besar pendapatan atau pendidikan maka semakin tidak merasakan kesepian, dan sebaliknya (Pinquart dan Sorensen, 2001). Penelitian dari Page dan Cole (1991) menemukan bahwa keluarga yang memiliki pendapatan di bawah \$10.000 empat setengah kali lebih merasakan kesepian daripada keluarga dengan pendapatan \$75.000 atau lebih.

#### c. Status hubungan

Individu yang sudah menikah lebih tidak merasakan kesepian dibanding individu yang lajang, sedangkan individu yang sudah cerai biasanya cenderung lebih merasakan kesepian daripada individu yang belum pernah

merasakan pernikahan sama sekali (Pinquart, 2003). Secara umum, semakin individu terikat pada hubungan romantisnya, maka semakin rendah tingkat kesepiannya (Miller, Perlman, dan Brehm, 2007). Namun, tidak semua pernikahan berjalan dengan baik, dan kesepian itu sendiri terkait dengan adanya ketidakpuasan dalam hubungan intim (Segrin et al, 2003). Sehingga, individu yang memiliki hubungan romantis bisa saja merasakan kesepian apabila ia merasakan ketidakpuasan dalam hubungannya.

d. Gaya kelekatan

Terdapat tiga macam gaya kelekatan, yaitu *secure*, *insecure*, dan *anxious*. Gaya kelekatan secara signifikan mempengaruhi tingkat kesepian pada dewasa muda yang tidak memiliki pasangan (Noviyanti, 2003). Individu yang memiliki gaya kelekatan *secure* lebih tidak merasakan kesepian dibandingkan dengan dua gaya kelekatan lainnya.

e. Genetik

Jika seseorang memiliki saudara kembar yang merasakan kesepian, maka individu tersebut juga akan merasakan kesepian. Hal tersebut juga akan terjadi jika yang merasakan kesepian adalah adik atau kakak, namun dengan tingkat yang lebih rendah (McGuire dan Clifford, 2000).

f. Gender

Pria yang belum menikah merasakan kesepian lebih tinggi daripada wanita (Pinquart, 2003), namun mereka sulit untuk mengakuinya. Hal ini diteliti oleh Stack pada tahun 2005. Selain itu, penelitian dari Borys dan Perlman, 1985 juga menyatakan bahwa pria cenderung lebih merasakan kesepian daripada wanita walaupun mereka tidak mau mengakuinya.

Wheeler, Reis, dan Nezlek (1983) meneliti tingkat kesepian pada dewasa muda, baik yang memiliki *romantic partner* maupun tidak. Pada wanita, perbedaan tingkat kesepian antara individu yang memiliki *romantic partner* dengan individu yang lajang tersebut tidak terlalu signifikan. Sedangkan untuk pria, perbedaan tersebut cukup besar. Berikut hasil penelitian:

Tabel 2.1 Perbedaan gender terhadap Kesepian

	Memiliki <i>Romantic Partner</i>	Tidak memiliki <i>Romantic Partner</i>
Pria	16,9	31,2
Wanita	20,2	24,3

Hal ini diperkirakan karena wanita lebih ekspresif daripada pria, sehingga dapat memberikan *intimacy* dalam kehidupannya sendiri. Individu yang kurang ekspresif, biasanya adalah pria, cenderung lebih merasakan kesepian jika tidak dipasangkan dengan pasangan yang ekspresif yang dapat memberikan *intimacy* (Bem, 1993).

Selain hal-hal diatas yang mempengaruhi kesepian, terdapat pula hal-hal yang merupakan penyebab kesepian (Rubenstein dan Shaver, 1982 dalam Miller, Perlman, dan Brehm, 2007), yaitu sebagai berikut:

a. Kekurangan dalam hubungan

Lima alasan utama mengapa seseorang merasa kesepian, adalah:

1. *Being Unattached*: tidak memiliki pasangan, tidak memiliki pasangan seks, cerai dengan suami/istri
2. *Alienation*: merasa berbeda, merasa tidak dimengerti, merasa tidak dibutuhkan, tidak memiliki teman
3. *Being alone*: sampai di rumah dan tidak ada orang
4. *Forced Isolation*: tidak dapat pergi kemanapun
5. *Dislocation*: jauh dari rumah, memulai pekerjaan atau sekolah baru, seringnya berpindah, seringnya berpergian

b. Perubahan keinginan dalam hubungan

Keinginan dan tujuan berubah seiring dengan waktu. Pasangan bisa saja merasa cocok saat mereka berumur 15 tahun, namun ketika mereka berumur 25 tahun merasa tidak cocok lagi. Hal ini disebabkan adanya perbedaan keinginan dari usia 15 tahun dan 25 tahun. Jika individu merubah keinginannya dalam berhubungan, namun pola hubungan tersebut tidak berubah, individu tersebut bisa merasakan kesepian.

c. Causal Attributions

Ketika individu merasakan kesepian, atribusi mereka akan menentukan apakah seberapa lama mereka akan merasa kesepian. Misalnya adalah sebagai berikut:

Tabel 2.2 Perbedaan Causal Attribution terhadap Kesepian

<i>Locus of Causality</i>	Internal	Eksternal
<b>Stabilitas</b>		
<b>Stabil</b>	Saya kesepian karena saya tidak menyenangkan. Saya tidak akan pernah dicintai.	Orang lain sangat dingin dan tidak menyenangkan. Mereka sangat tidak menarik.
<b>Tidak stabil</b>	Saya memang kesepian sekarang, tapi hal tersebut tidak akan lama lagi. Saya akan berhenti belajar terlalu banyak dan bertemu orang lain.	Semester pertama akan selalu yang terburuk, tapi saya yakin sesuatu akan membaik.

#### d. Perilaku Interpersonal

Terdapat tiga macam perbedaan antara individu yang merasakan kesepian dengan individu yang tidak merasakan kesepian, yaitu sebagai berikut:

##### 1. Harga diri yang rendah

Individu yang kesepian merasa dirinya sendiri sangat buruk. Mereka merasa dirinya tidak pantas untuk dicintai dan tidak merasa dirinya menarik. Mereka merasakan suatu hal buruk yang sebenarnya tidak ada, dan hal itulah yang membuat mereka semakin merasa kesepian.

##### 2. Pikiran yang negatif mengenai orang lain

Individu yang kesepian biasanya menunjukkan berbagai sikap negatif terhadap orang lain (Check, Perlman, dan Malamuth, 1985), tidak dapat mempercayai orang lain (Vaux, 1988), selalu merasa curiga (Hanley-Dunn, Maxwell, dan Santos, 1985), dan menilai negatif orang lain (Jones, Sansome, dan Helm, 1983).

##### 3. Kemampuan bersosialisasi yang rendah

Individu yang kesepian biasanya memiliki kemampuan bersosialisasi yang rendah (DiTommaso, 1989), dan cara berinteraksinya membosankan (Solano dan Koester, 1989). Mereka pasif, responsif, lambat dalam berespon ketika berinteraksi dengan orang lain, tidak banyak

Universitas Indonesia

bertanya, dan menyenangkan untuk diajak berbicara (Hansson dan Jones, 1981; Jones dan Hobbs, dan Hackenbury, 1982), sulit untuk mengembangkan keintiman dengan orang lain (Davis dan Franzoi, 1986; Schwab et al, 1998). Mereka juga tidak memiliki pacar atau pengalaman pacaran sebelumnya dan teman bermain (R.A. Bell; Berg dan McQuinn; dalam Baron dan Byrne, 2004). Selain itu, Russel (dalam Peplau dan Perlman, 1982) menyatakan bahwa mahasiswa yang kesepian mudah marah, menutup diri, dan canggung.

Kesepian juga terkait dengan depresi/frustasi (Anderson dan Harvey, 1988), dengan ciri-ciri memiliki mood yang negatif, pesimisme, kurangnya inisiatif, dan memiliki proses berpikir yang lambat (Holmes, 1991). Kesepian dapat menyebabkan penolakan sosial (Nolan, Flynn, dan Garber, 2003) sehingga membuat perasaan kesepian tersebut meningkat (Beach et al., 2003).

### 2.1.3 Dimensi Kesepian

Kesepian terbagi dalam dua dimensi (Miller, Perlman, dan Brehm; Weiss; dalam Sears, 2001) yaitu:

#### 1. *Emotional loneliness*

*Emotional loneliness* atau dapat juga disebut *emotional isolation* disebabkan oleh ketidakhadiran hubungan emosional yang intim. Bogaerts, Vanheule dan Desmet (2006) mengemukakan bahwa *emotional loneliness* menunjukkan kurang intimnya dalam berhubungan dengan teman dekat, dan hal ini tidak berkaitan dengan jumlah hubungan pertemanan itu sendiri (Clinton dan Anderson; Quaker dan Munn; Rokach; Van Tilburg, Havens, dan Gierveld; dalam Bogaerts, Vanheule dan Desmet, 2006). Untuk mengurangi kesepian emosional, maka individu harus merasa dan memiliki orang lain yang dapat mengerti dirinya secara mendalam (Noviyanti, 2003).

#### 2. *Social loneliness*

*Social loneliness* dapat juga disebut *social isolation* timbul karena adanya perasaan dikucilkan dengan sengaja oleh lingkungan. *Social loneliness* disebabkan oleh tidak adanya keterlibatan diri dalam jaringan

sosial tertentu. Individu akan merasa tersisihkan tanpa hubungan dengan kelompok tertentu atau individu-individu lain yang dapat membentuk hubungan personal (Middlebrook, 1980). Peplau, Russel dan Heim (dalam Peplau dan Perlman, 1982) menyatakan bahwa kesulitan dalam berhubungan sosial yang dialami seseorang juga merupakan penyebab kesepian.

Weiss (dalam Bogaerts, Vanheule dan Desmet, 2006) menyatakan bahwa *social loneliness* disebabkan karena kurangnya jaringan sosial yang dapat memberikan seseorang *a sense of connection* dengan orang-orang lain. Bogaerts, Vanheule dan Desmet (2006) menyatakan bahwa *social loneliness* secara khusus mengindikasikan kurangnya hubungan pertemanan dan terkait pula dengan banyaknya teman dekat yang dimiliki (Clinton dan Anderson; Quaker dan Munn; Rokach; Van Tilburg, Havens, dan Gierveld; dalam Bogaerts, Vanheule dan Desmet, 2006).

#### 2.1.4 Indikator Tingkah Laku

Menurut Handayani, et all (2008), indikator tingkah laku yang digunakan dalam alat ukur kesepian (pendekatan *Cognitive Processes*), adalah:

##### **Dimensi *Emotional Loneliness*:**

- a. Individu merasakan ketidakhadiran hubungan emosional yang intim.
- b. Individu merasa tidak ada yang peduli.
- c. Individu merasa hampa, dingin, dan sendiri.
- d. Individu tidak mampu membentuk hubungan dekat dengan orang lain.
- e. Individu tidak mampu mempertahankan hubungan dekat dengan orang lain.

##### **Dimensi *Social Loneliness*:**

- a. Individu mempersepsikan lingkungan sebelumnya lebih menyenangkan dibandingkan lingkungan sekarang.
- b. Individu merasa dikucilkan dengan sengaja dari jaringan sosial.
- c. Individu merasa tidak memiliki kelompok untuk berbagi rutinitas keseharian dalam lingkungannya.
- d. Individu merasa bosan dengan lingkungannya sekarang.



## 2.2 Agresi

### 2.2.1 Definisi Agresi

Kebanyakan psikolog sosial mendefinisikan agresi sebagai perilaku yang bertujuan untuk melukai orang lain, walaupun definisi tersebut dianggap kurang sesuai karena mengabaikan maksud orang yang melakukan tindakan tersebut. Menurut Berkowitz (1993), agresi mengacu pada pemakaian kekerasan yang dapat melanggar hak-hak seseorang dan tindakan yang menyakitkan hati. Bandura (1973) pun menyatakan bahwa agresi hanyalah suatu label sosial dari kebanyakan orang, dan tergantung dari faktor sosial. Namun definisi yang umum adalah definisi milik Buss, yang lebih terfokus pada akibat dari suatu tindakan daripada maksud / kesengajaan dari pelaku (Soffat, 1998). Baron dan Richardson (1994) menyatakan bahwa agresi adalah sebagai berikut:

“Segala bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau melukai makhluk hidup lain yang terdorong untuk menghindari perlakuan itu”

(Baron dan Richardson, 1994:7)

Bandura (1976) mendefinisikan agresi adalah sebagai berikut:

*“..behaviour that result in personal injury and in destruction of property. The injury may be psychological (in the form of devaluation or degradation) as well as physical”*

(Bandura, 1976:5)

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa agresi adalah suatu set tindakan atau perilaku yang dilakukan secara sadar oleh pelaku, yang dapat merusak barang tertentu, menyakiti, melukai, membahayakan organisme lain, atau melanggar hak-hak orang lain.

### 2.2.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi Agresi

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan Agresi menurut Baron (2004) adalah sebagai berikut:

- a. Faktor sosial
  - Frustrasi

Teori frustrasi-agresi ini disampaikan oleh Dollard et al di tahun 1939. Mereka menyatakan dua bagian terpenting dalam teorinya, yaitu frustrasi selalu mengarah ke salah satu bentuk agresi, dan agresi selalu berasal dari adanya frustrasi. Namun, bukti lain menunjukkan bahwa ketika frustrasi, individu tidak selalu merespon dengan melakukan perilaku agresi. Respon yang terjadi bisa saja kesedihan, keputusasaan, atau depresi. Dengan kata lain, adanya frustrasi tidak selalu mengarah ke agresi. Bukti lainnya juga menyatakan bahwa tidak semua agresi berasal dari adanya frustrasi. Individu berlaku agresi dengan berbagai alasan dan menjadi respon dari berbagai faktor. Dengan kata lain, agresi berasal dari faktor-faktor lain selain frustrasi.

Berkowitz (1978) menyatakan bahwa frustrasi, yang disebabkan oleh tidak terpenuhinya *goal* atas hubungan sosial, tidak secara langsung menyebabkan agresi. Namun, ia menambahkan, bahwa frustrasi dapat merangsang terjadinya agresi. Rangsangan tersebut bisa saja merupakan suatu perilaku yang tidak signifikan, namun dapat menyebabkan terjadinya agresi jika ditujukan pada individu yang sedang mengalami frustrasi. Frustrasi juga dapat menyebabkan agresi yang cukup tinggi pada situasi tertentu (Folger dan Baron, dalam Baron, 2004).

Kesepian berkaitan dengan frustrasi (Anderson dan Harvey, 1988) karena individu yang kesepian memiliki mood yang negatif dan selalu berpikir buruk mengenai orang lain.

- Provokasi

Provokasi secara fisik ataupun verbal diyakini merupakan salah satu penyebab terkuat terjadinya agresi. Ketika individu menerima beberapa bentuk agresi dari orang lain seperti cacian, makian, atau perlakuan buruk, individu tersebut cenderung akan membalas perilaku tersebut bahkan terkadang dengan melakukan agresi yang lebih kuat (Ohbuchi dan Kambara, dalam Baron, 2004).

Menurut Harris (1993), provokasi yang memiliki efek yang paling kuat adalah sikap merendahkan. Selain itu, kritik yang kasar dan tidak sopan, terutama jika menyerang diri sendiri dan bukan menyerang

perilaku diri yang salah, merupakan provokasi yang cukup kuat yang dapat memacu agresi (Baron, dalam Baron, 2004). Setelah itu, hinaan terhadap keluarga juga merupakan provokasi yang cukup kuat untuk dapat memacu agresi (Baron, 2004).

- Rangsangan

Beberapa bentuk rangsangan disini adalah partisipasi individu dalam permainan kompetitif (Christy, Gelfand, dan Hartmann, dalam Baron, 2004), latihan (Zillmann, dalam Baron, 2004), atau bahkan beberapa tipe musik (Rogers dan Ketcher, dalam Baron, 2004). Hal ini dapat dijelaskan melalui *Excitation Transfer Theory*.

- Kekerasan dalam Media

Beberapa film menggambarkan adegan-adegan kekerasan, bahkan terkadang lebih banyak daripada kenyataan sebenarnya (Reiss dan Roth; Waters, et all; dalam Baron, 2004). Hal ini merupakan salah satu faktor yang ikut berkontribusi dalam meningkatkan perilaku agresi individu yang menikmati media. Beberapa penelitian telah membuktikan hal tersebut, salah satunya adalah penelitian longitudinal yang mendapatkan hasil bahwa semakin banyak film atau Program TV yang menampilkan kekerasan yang ditonton individu ketika kecil, maka semakin tinggi tingkat kekerasan individu tersebut ketika dewasa atau remaja. Hal ini dapat dijelaskan secara ilmiah, terutama karena adanya penelitian dari Bushman dan Anderson, 2002 yang menyatakan bahwa individu mengharapkan karakter dalam video games yang ia mainkan untuk berlaku lebih agresif, untuk berpikir lebih agresif, dan merasakan kemarahan yang lebih. Jadi, dapat dikatakan bahwa individu mengembangkan struktur pengetahuan yang berkaitan dengan agresi di media tersebut.

- Kekerasan dalam Pornografi

Menonton pornografi juga dapat meningkatkan kecenderungan agresi. Di dalam pornografi terdapat hal-hal yang berkaitan dengan kekerasan, yang biasanya memiliki korban yaitu wanita, seperti pemerkosaan. Pornografi tersebut terkadang memproduksi rangsangan

yang lebih tinggi (baik emosi negatif maupun positif) daripada media yang biasanya tidak berisi hal-hal yang berkaitan dengan seks.

b. Faktor Kultural

Ternyata faktor kultural juga dapat mempengaruhi agresi. Beberapa norma di sebuah negara memperbolehkan adanya agresi atas nama harga diri. Salah satu contohnya adalah banyaknya film di Asia yang bercerita mengenai pendekar yang berkelahi dengan pendekar lainnya karena dianggap telah menodai harga dirinya.

c. Faktor Personal

- Tipe A

Pola kepribadian tipe A adalah: (1) sangat kompetitif, (2) selalu dalam keadaan terburu-buru, dan (3) cepat sekali naik pitam dan agresif. Sedangkan individu yang tidak memiliki karakteristik ini semua biasanya merupakan tipe B. Tipe A dianggap memiliki agresi benci yang lebih tinggi dibandingkan dengan tipe B.

- Narsisme

Penelitian dari Bushman dan Baumeister (1998) menyatakan bahwa individu yang memiliki narsisme tingkat tinggi, misalnya yang setuju dengan item “Jika saya mengatur dunia, dunia akan menjadi sesuatu yang lebih baik”, dan “Saya lebih bisa melakukan apapun dibanding orang lain”, dapat menunjukkan perilaku agresi yang lebih tinggi daripada orang lain. Hal ini disebabkan karena ketika terdapat orang lain yang meragukan dirinya, ego dirinya akan merasa terserang, sehingga bereaksi dengan adanya *anger*.

- Perbedaan gender

Menurut beberapa data, pria lebih banyak terkait dengan berbagai perilaku agresi dibanding wanita (Harris, 1994). Pria juga cenderung lebih banyak dan sering berperilaku agresi dibanding wanita (Bogard, 1990; Haris, 1992, 1994). Perilaku agresi seperti perkelahian, penyerangan balik, mencontoh role model untuk berperilaku agresi, dan berfantasi seksual lebih sering terjadi pada pria daripada wanita (Meyer, Bahlburg,

dalam Renfrew, 1997). Namun perbedaan ini terus berubah tergantung situasi yang terjadi dan tipe dari agresi itu sendiri.

Pria memang lebih banyak berperilaku agresi daripada wanita ketika tidak diprovokasi. Namun ketika terjadi provokasi, perbedaan itu menjadi tidak ada. Teori yang dinyatakan oleh Frodi, Macaulay, dan Thone, (1977) juga mendukung hal tersebut, dengan menyatakan bahwa perbedaan gender berpengaruh terhadap peran gender dan *stereotype* yang dapat menyebabkan bias pada hasil penelitian. Hal ini dikarenakan bahwa wanita dipersepsikan sebagai orang yang lembut dan memiliki tingkat agresi rendah, sedangkan pria dipersepsikan memiliki tingkat agresi tinggi.

Selain tergantung pada faktor situasi, perbedaan gender juga memiliki pengaruh terhadap tipe agresi itu sendiri. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Bjorkqvist, Osterman, dan Hjelt-Buck (1994) menyatakan bahwa pria lebih banyak berperilaku agresi secara langsung (*direct aggression*) yang dilakukan secara fisik, seperti memukul, menendang, memaki, mendorong, dan lain sebagainya. Sementara wanita lebih banyak berperilaku agresi tidak langsung (*indirect aggression*), yang dilakukan secara verbal, seperti contohnya menyebar gosip mengenai korban atau membuat cerita yang menimbulkan masalah bagi korban.

#### d. Faktor Situasional

- Temperatur

Penelitian yang dilakukan oleh Baron, 1972 dan Baron dan Lawton, 1972 menemukan sesuatu yang mengejutkan, bahwa temperatur yang tinggi justru akan mengurangi perilaku agresi baik untuk individu yang terprovokasi maupun tidak. Hal ini disebabkan karena individu terfokus pada temperatur tersebut dan bagaimana merngurangi rasa panas tersebut, sehingga menyebabkan individu mengurangi perilaku agresi mereka.

Namun hasil dari penelitian Anderson, 1989; Anderson dan Anderson, 1996; Bell, 1992; menemukan hal yang berbeda. Laporan dari kepolisian melaporkan adanya kenaikan tingkat kekerasan yang berjalan

seiring dengan kenaikan suhu. Beberapa penelitian pun mendukung penelitian ini, bahwa suhu berkorelasi positif dengan perilaku agresi.

- Alkohol

Berbagai penelitian menghasilkan jawaban bahwa individu yang mengkonsumsi alkohol akan menjadi seseorang yang agresif. Alkohol biasanya dikaitkan dengan perkelahian dan rokok yang dapat mengganggu beberapa orang (Zillmann, Baron, dan Tamborini, 1981). Terdapat pula penelitian yang meneliti dua kelompok (Mengkonsumsi alkohol dan tidak mengkonsumsi alkohol), dan tingkat agresi kelompok yang mengkonsumsi alkohol sangat tinggi jika dibandingkan dengan kelompok lain.

### 2.2.3 Jenis Perilaku Agresi

Terdapat beberapa teori yang mengkategorikan perilaku agresi menjadi berbagai macam. Bailey (dalam Mangunwibawa, 2004) membagi agresi menjadi dua golongan, yaitu:

1. Agresi Emosional

Agresi emosional bersifat reaktif yang terjadi sebagai jawaban atas tantangan, rasa nyeri, ancaman, atau kekecewaan tertentu. Proses yang terjadi lebih bersifat fisiologis dimana otak dan hormon memerintahkan jantung untuk memompa lebih cepat dan mengirim darah pada otot, sehingga telapak tangan berkeringat, muka memerah karena marah dan ketika emosi tidak terkendali akan terjadi tindakan agresi. Berkowitz menyebutnya sebagai agresi benci (*hostile aggression*) dimana agresi tersebut dilakukan semata-mata untuk melukai atau menyakiti korban.

2. Agresi Instrumental

*Instrumental Aggression* adalah perilaku agresi yang bertujuan untuk mendapatkan reward dan bukan bertujuan untuk penderitaan korbannya. Perilaku agresi ini merupakan alat bagi seseorang untuk memperoleh hasil sesuai dengan tujuan yang diharapkannya. Tujuan tersebut antara lain: status sosial, dominansi, mencapai kemenangan atau mempertahankan kekuasaan. Namun, Bailey (1976) juga menyebutkan bahwa tidak jarang terjadi penderitaan pada korban dalam prosesnya.

Sedangkan Buss (dalam Edmunds dan Kendrick, 1980) membagi perilaku agresi dalam 3 kategori, yaitu:

1. Perilaku agresi berdasarkan peralatan yang digunakan (Eron et al, 1994; Westen, 1996)
  - a. Agresi fisik, yaitu menyerang organisme menggunakan bagian tubuh tertentu atau senjata.
  - b. Agresi verbal, yaitu memberikan stimulus yang merugikan dan menyakitkan kepada organisme lain seperti mengancam atau penolakan.
2. Perilaku agresi berdasarkan hubungan
  - a. Agresi langsung, yaitu tindakan yang secara langsung ditujukan kepada individu lain misalnya penyerangan, mengancam atau menolak.
  - b. Agresi tidak langsung, yaitu tindakan yang dilakukan secara tidak langsung terhadap individu, yang dilakukan secara verbal berupa menyebarkan isu atau melakukan tindakan yang secara fisik ditujukan untuk merusak barang orang lain.
3. Perilaku agresi berdasarkan tingkat aktivitas yang terlibat
  - a. Agresi aktif, yaitu semua perilaku yang dijelaskan di atas.
  - b. Agresi pasif, yaitu perilaku agresi yang dilakukan dengan menghambat atau menghalang-halangi usaha individu lain untuk melakukan suatu tujuan.

Sedangkan Buss dan Perry (1992) menyatakan bahwa terdapat 4 macam agresi, yaitu:

#### 1. *Physical Aggression*

*Physical Aggression* merupakan perilaku agresi yang dapat diobservasi (terlihat/overt). *Physical Aggression* (PA) adalah kecenderungan individu untuk melakukan serangan secara fisik untuk mengekspresikan kemarahan atau agresi. Bentuk serangan fisik tersebut seperti memukul, mendorong, menendang, mencubit, dan lain sebagainya.

#### 2. *Verbal Aggression*

*Verbal Aggression* merupakan perilaku agresi yang dapat diobservasi (terlihat / overt). *Verbal Aggression* adalah kecenderungan untuk menyerang orang lain atau memberikan stimulus yang merugikan dan menyakitkan kepada organisme lain secara verbal, yaitu melalui kata-kata atau penolakan. Bentuk serangan verbal tersebut seperti cacian, ancaman, mengumpat, atau penolakan.

### 3. *Anger*

Beberapa bentuk *Anger* adalah perasaan marah, kesal, sebal, dan bagaimana cara mengontrol hal tersebut. Termasuk di dalamnya adalah *Irritability*, yaitu mengenai temperamental, kecenderungan untuk cepat marah, dan kesulitan untuk mengendalikan amarah.

### 4. *Hostility*

*Hostility* tergolong dalam agresi covert (tidak terlihat). *Hostility* terdiri dari dua bagian, yaitu *Resentment* seperti cemburu dan iri terhadap orang lain, dan *Suspicion* seperti adanya ketidakpercayaan, kekhawatiran, dan proyeksi dari rasa permusuhan terhadap orang lain.

#### 2.2.4 Agresi pada hubungan romantis

Kekerasan dalam berpacaran biasanya terkait dengan kekerasan secara fisik daripada kekerasan lainnya. Jenis kekerasan secara fisik yang dihasilkan oleh *Conflict Tactics Scale* (Straus, Hamby, Boney Mc-Coy, dan Sugarman, 1996) adalah dengan melempar sesuatu, mendorong pasangan, menampar pasangan, memukul pasangan baik menggunakan tangan maupun barang), menendang, membakar, menyerang secara membabi buta, dan dengan menggunakan senjata atau pisau.

Check, Perlman, dan Malamuth (1985) menyatakan bahwa pria yang kesepian akan merasakan kebencian terhadap salah satu sumber frustrasi mereka yaitu wanita. Pada individu yang sedang berpacaran, adanya temuan ini dapat mengindikasikan bahwa pelaku dapat mengekspresikan agresinya kepada sumber frustrasi mereka tersebut yaitu pasangannya.



## 2.3 Hubungan Romantis dan Remaja

### 2.3.1 Definisi Remaja

Remaja merupakan periode transisi antara anak-anak dan dewasa, yang berarti tumbuh atau tumbuh menuju ke tahap kematangan (Steinberg, 2002). Berikut definisi remaja:

“Transitional Period in the human life span, linking childhood and adulthood”

(Santrock, 2006:364)

*“Adolescence is a developmental transition between childhood and adulthood that entails major physical, cognitive, and psychosocial changes.”*

(Papalia, Olds, dan Feldman, 2001:410)

Untuk menentukan batas usia populasi alat ukur ini, peneliti merujuk pada beberapa pandangan para ahli mengenai interval usia remaja. Menurut Santrock (2007), batasan remaja akhir adalah usia 17-19 tahun. Menurut Papalia, Olds, dan Feldman (2007), yang termasuk ke dalam kategori remaja adalah individu yang berusia antara 11-21 tahun.

Definisi remaja untuk Indonesia cukup sulit karena negara ini memiliki berbagai macam suku, adat, dan tingkatan sosial ekonomi maupun pendidikan. Walaupun demikian, sebagai pedoman umum dapat digunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah untuk remaja Indonesia (Sarwono, 2006).

### 2.3.2 Tahap Perkembangan Remaja

Dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada tiga tahap perkembangan remaja:

#### 1. Remaja Awal

Seorang remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Pada masa remaja awal ini sulit mengerti dan sulit dimengerti orang dewasa.

#### 2. Remaja madya

Paa tahap ini remaja sangat membutuhkan teman-teman. Selain itu, pada tahap perkembangan ini remaja sedang berada dalam kondisi kebingungan

karena ia tidak tahu harus memilih yang mana. Remaja pria harus memperlambat hubungan dengan kawan-kawan lain dari lawan jenis.

### 3. Remaja akhir (*Late adolescence*)

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian 5 hal berikut:

- 1- Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- 2- Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dalam pengalaman-pengalaman baru.
- 3- Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- 4- Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- 5- Tumbuh dinding yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).

### 2.3.3 Karakteristik Perkembangan Remaja

Isu perkembangan psikososial pada remaja meliputi *identity* (menemukan dan memahami diri sebagai individu), *autonomy* (mengembangkan *sense of independence* yang sehat), *intimacy* (mengekspresikan perasaan seksual dan menikmati kontak fisik dengan orang lain), *sexuality* dan *achievement* (menjadi seseorang yang sukses dan kompeten sebagai anggota masyarakat).

Menurut Rice (dalam Tobing, et al, 2008), remaja memiliki karakteristik sebagai berikut:

- Transformasi fisik  
Adanya perubahan fisik yang terjadi secara cukup signifikan, misalnya badan bertambah tinggi dan bertambah berat, bentuk badan yang membulat pada wanita, pertumbuhan jakun pada pria, dan lain sebagainya.
- Meningkatnya *tension* (ketegangan)  
Perubahan fisik juga meliputi kematangan sistem reproduksi sehingga berpotensi mengakibatkan masalah psikologis dan emosional.
- Perubahan emosi

Perkembangan seksual tubuh remaja berdampak pada perubahan emosi dalam diri mereka dan sering mengakibatkan mereka kurang tepat dalam mengarahkan emosi dan terkadang dalam situasi, tempat, maupun orang yang salah.

- Ketidakpastian status

Dalam masyarakat, status remaja dianggap kurang jelas, tidak dianggap sebagai anak-anak tetapi juga belum dikatakan dewasa. Gejala emosi remaja dan masalah remaja pada umumnya disebabkan oleh adanya konflik peran sosial tersebut.

- Kedewasaan secara intelektual

Umumnya remaja sudah mencapai tahap kedewasaan secara intelektual karena mereka sudah mencapai tahap *formal operation* yang ditandai dengan kemampuan untuk berpikir abstrak (Piaget dalam Santrock, 2007). Pada periode formal operational ini, remaja dianggap mampu mengemukakan alasan dengan cara abstrak dan logis, mampu merumuskan ide tanpa ketergantungan terhadap objek/peristiwa kongkrit, dan sudah memiliki *scientific reasoning*.

Sementara menurut Hurlock (1980), masa remaja memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- Masa remaja merupakan periode peralihan dari anak-anak menuju dewasa
- Masa remaja adalah masa perubahan
- Masa remaja adalah periode masalah
- Masa remaja merupakan periode untuk mencari identitas

Menurut Sarwono (2006), sifat-sifat yang paling kuat pada orang muda menurut pendapat Aristoteles adalah memiliki hasrat yang sangat kuat dan cenderung untuk memenuhi hasrat-hasrat tersebut tanpa membeda-bedakannya. Hal ini menyebabkan hilangnya kontrol diri (Muss, 1968). Dalam tahap ini terjadi perubahan dari kecenderungan mementingkan diri sendiri kepada kecenderungan memperhatikan kepentingan orang lain dan kecenderungan memperhatikan harga diri (Muss, 1968).

### 2.3.4 Hubungan Romantis pada Remaja

Hubungan romantis merupakan salah satu bagian yang penting di dalam perkembangan psikososial remaja. Hal ini dapat terlihat dari adanya peran yang dijalankan oleh kedua belah pihak. Pasangan dapat menjadi figur orang yang terdekat, yakni teman berbagi kasih sayang, tempat mendapat perlindungan, perhatian, dan dapat pula menjadi sumber pemenuhan kebutuhan seksual.

Pada masa remaja, hubungan romantis dengan orang lain menjadi lebih intens dan intim. Remaja lebih banyak berinteraksi dengan pasangan romantisnya dibandingkan dengan orangtua, teman sebaya, atau saudara kandung. Namun hubungan lain dalam kehidupan remaja saat itu juga memberikan pengaruh bagi remaja (Bouchey dan Furman, dalam Papalia, Olds dan Feldman, 2007). Selain itu, pengalaman mereka pada hubungan romantis yang telah dijalankan sebelumnya (pengalaman terdahulu) juga turut mempengaruhi kualitas hubungan romantis yang sedang dijalani.

Menurut Furman dan Wehner (dalam Papalia, Olds dan Feldman, 2007), pada saat memasuki masa remaja akhir, hubungan romantis yang dijalankan oleh remaja lebih memerlukan kebutuhan emosional yang utuh, dan hal tersebut hanya dapat diperoleh dari hubungan romantis jangka panjang (*long-term relationship*). Sampai tingkat tertentu mereka bersikap realistis dan berorientasi pada masa depan yang berhubungan dengan pengalaman seksual, seperti halnya karir dan pernikahan (Santrock, 2007).

## 2.4 Hubungan antara kesepian dan agresi

Hubungan antara kesepian dengan agresi dapat dijelaskan oleh temuan yang disampaikan oleh Zilboorg pada tahun 1938 dan penelitian yang dilakukan oleh Check, Perlman, dan Malamuth pada tahun 1985. Pada teorinya, Zilboorg menyatakan bahwa individu yang kesepian biasanya akan menjadi seseorang yang penuh benci dan agresif.

Beberapa penelitian juga menyatakan hal tersebut. Diamant dan Windholz (1982) mengkorelasikan antara skor kesepian melalui UCLA *Loneliness Scale* dengan skor agresi dengan *Hostility-Guilt Inventory*, dan hubungan antara kedua

variabel tersebut berjalan searah dan signifikan. Loucks (1980) juga menemukan bahwa individu yang kesepian akan memiliki skor yang tinggi dalam pengukuran skala *anger-hostility*. Selain itu, individu yang kesepian memiliki kemampuan yang rendah untuk bersosialisasi (Jones et al, 1981), memiliki rasa ketidakpuasan pada kehidupan pertemanan dan hubungan romantis (Cutrona, 1982). Oleh karena itu pria yang kesepian akan merasakan kebencian terhadap salah satu sumber frustrasi mereka yaitu wanita (Check, Perlman, dan Malamuth, 1985).

Selain adanya keterkaitan langsung antara Agresi dengan Kesepian yang ditemukan oleh Zilboorg tersebut, terdapat pula variabel yang merupakan penghubung antara kedua variabel tersebut, yaitu frustrasi. Individu yang memiliki tingkat kesepian yang tinggi cenderung akan menjadi frustrasi (Anderson dan Harvey, 1988), dan frustrasi tersebut merupakan salah satu faktor penting penyebab timbulnya agresi (Berkowitz, 1978).

Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan kesepian terhadap kecenderungan agresi, terutama jika dikaitkan dengan fenomena frustrasi yang merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi agresi.

Di sisi lain, kedua variabel tersebut tidak berjalan beriringan. Temuan dari Matondang (1991) dan Wheeler, Reis, dan Nezelek (1983), menyatakan bahwa individu yang sedang berpacaran, memiliki tingkat kesepian yang lebih rendah. Jika dikaitkan dengan temuan Zilboorg (1938) yang menyatakan bahwa kesepian dan agresi berhubungan lurus, maka tingkat agresi individu yang sedang berpacaran lebih rendah. Namun banyaknya kasus yang melibatkan subjek yang sedang berhubungan, seperti KDRT atau kekerasan dalam berpacaran, menunjukkan adanya kecenderungan agresi yang lebih tinggi pada individu yang memiliki pasangan.