

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

Penelitian dari berbagai studi literatur yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara fungsi keluarga dengan kesepian. Temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2018) berjudul “*Family Functioning dan Loneliness pada Remaja dengan Orang Tua Tunggal*” yang dilakukan kepada 106 remaja berusia 15-18 tahun didapatkan adanya hubungan negatif yang negatif. Penelitian ini menggunakan instrumen *Family Assessment Device* (FAD) untuk mengukur fungsi keluarga dan *R-UCLA Loneliness Scale* untuk mengukur kesepian. Prinsip fungsi keluarga mengacu pada kualitas interaksi dan komunikasi antar anggota keluarga yang mempengaruhi kedekatan dan kesepian anggota keluarga. Kehadiran orang tua untuk mencintai, mendengar, dan mendengarkan anak-anak mereka akan membuat anggota keluarga lebih mudah berkomunikasi sehingga tidak merasa kesepian (Hidayati, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Yang et al (2022) dengan judul “*The Relationship of Family Functioning and Suicidal Ideation among Adolescents: The Mediating Role of Defeat and the Moderating Role of Meaning in Life*” yang dilakukan kepada 4515 siswa SMP dan SMA didapatkan adanya korelasi antara fungsi keluarga dan ide bunuh diri pada remaja dan pengaruhnya terhadap kekalahan dan makna hidup. Penelitian ini menggunakan instrumen *Family APGAR, The Depressive Symptom Index-Suicidality Subscale, The Defeat Scale,*

dan *The Chinese Meaning in Life Questionnaire*. (Yang et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Cong et al (2020) yang berjudul “*Family Functioning, Coping Strategy, and Suicidal Ideation among Adolescent*” yang dilakukan oleh 852 remaja berusia 13-17 tahun menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara fungsi keluarga dan *suicidal ideation* pada remaja di Malaysia yang dipengaruhi oleh mekanisme koping *problem focused coping*.

2.2 Konsep Keluarga

2.2.1 Definisi Keluarga

Friedman (2013) mendefinisikan keluarga sebagai dua orang atau lebih yang dipersatukan oleh kedekatan secara afektif atau emosional, serta merasa bagian dari keluarga. Bagian terkecil dari masyarakat terdiri dari sekumpulan individu yang terhubung melalui pernikahan, kelahiran ataupun adopsi, tinggal bersama, saling interaksi, memiliki ketergantungan, serta berkontribusi terhadap status kesehatan anggotanya dan masyarakat disebut keluarga (Renteng & Simak, 2021). Keluarga menjadi tempat pertama tumbuh kembang dan sebagai wadah pendidikan yang membentuk jiwa dan kepribadianya (Framanta, 2020).

Dari penjelasan di atas, dapat didefinisikan bahwa keluarga adalah bagian terkecil masyarakat yang meliputi dua orang atau lebih yang tinggal bersama, terhubung dengan perkawinan, kelahiran, maupun adopsi, serta disatukan dengan kedekatan emosional yang di dalamnya terdapat interaksi,

pendidikan, pembentukan karakteristik dan kepribadian anggota keluarga, serta berkontribusi terhadap kesehatan masyarakat.

2.2.2 Karakteristik Keluarga Sehat

Keluarga sehat merupakan keluarga yang kompeten dan mampu berfungsi secara optimal. Karakteristik keluarga sehat di antaranya (Friedman, 2013).

1. Menunjukkan kemampuan dan keterampilan dalam bernegosiasi yang tinggi dalam menghadapi masalah.
2. Mengungkapkan perasaan dengan jelas, jujur, terbuka, dan spontan.
3. Memperhatikan perasaan anggota keluarga.
4. Mendorong motivasi otonomi atau kebebasan kepada anggota keluarga.
5. Mendorong untuk bertanggung jawab secara pribadi terhadap keputusan yang dibuat.
6. Menunjukkan perilaku afiliatif atau kehangatan dan hubungan antar anggota keluarga.
7. Memperlihatkan sikap optimis dan kenyamanan satu sama lain.
8. Memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan budaya dan komunitas di sekitar.
9. Mendorong anggota keluarga dalam meraih potensinya.
10. Memberikan kebebasan dalam mengeksplorasi dan menunjukkan jati diri, serta memberikan perlindungan dan keamanan kepada anggota keluarga.

2.2.3 Tipe Keluarga

(Friedman, 2013) menunjukkan bahwa terdapat dua jenis tipe keluarga di antaranya.

1. Tradisional

- A. Keluarga inti (*nuclear Family*) terdiri dari suami, istri, dan anak-anak
- B. *Dyad Family* terdiri dari suami, istri, tanpa anak.
- C. Orang tua tunggal (*single parent*) terdiri dari satu orang tua dan anak diakibatkan perceraian ataupun kematian salah satu orang tua.
- D. Orang dewasa tunggal (*single adult*) terdiri dari satu orang dewasa yang masih lajang.
- E. Keluarga besar (*extended family*) terdiri dari keluarga inti dan tambahan anggota keluarga lainnya.
- F. Pasangan lanjut usia (*Middle-aged or Elderly Couple*) terdiri dari pasangan paruh baya atau lansia dikarenakan anak-anaknya sudah menikah dan tinggal berpisah.
- G. *Kit-Network Family* terdiri dari keluarga yang tinggal bersamaan dan menggunakan pelayanan bersama.

2. Non-Tradisional

- A. *Unmarried Parent and Child Family* merupakan keluarga yang terdiri dari orang tua dan anak tanpa ikatan pernikahan.
- B. *Cohabiting Couple* merupakan pasangan yang tinggal bersama tanpa adanya ikatan pernikahan.

- C. *Gay and Lesbian Family* merupakan dua orang sesama jenis yang tinggal satu rumah layaknya pasangan suami-istri.
- D. *Nonmarital Hetesexual Cohabiting Family* merupakan keluarga yang hidup bersama tanpa adanya pernikahan dan sering berganti pasangan.
- E. *Faster Family* merupakan keluarga yang memiliki anak yang tidak memiliki hubungan darah dalam waktu sementara.

2.3 Konsep Fungsi Keluarga

2.3.1 Definisi Fungsi Keluarga

Fungsi keluarga merupakan kemampuan keluarga dalam memenuhi fungsi pokok keluarga, di antaranya fungsi afektif, fungsi sosialisasi, fungsi reproduksi, fungsi ekonomi, dan fungsi perawatan (Friedman, 2013). Epstein et al (2012) dalam McMaster Model Fungsi Keluarga menyebutkan bahwa fungsi keluarga merupakan awal dari perkembangan sosial, psikologis, dan biologis, serta pemeliharaan anggota keluarga.

2.3.2 Fungsi Pokok Keluarga

Friedman (2013) mengungkapkan bahwa fungsi pokok terdiri dari.

1. Fungsi Afektif (*The Affective Function*)

Fungsi afektif yaitu keluarga sebagai sumber kasih sayang dan penguatan dengan menciptakan lingkungan yang mendukung bagi anggota keluarga. Keberhasilan keluarga dalam menerapkan fungsi afektifnya akan membentuk konsep diri positif keluarga. Fungsi afektif meliputi gambaran diri anggota keluarga, perasaan memiliki dan dimiliki, dukungan

keluarga , saling menghargai dan adanya kehangatan di dalam keluarga (Friedman, 2013).

2. Fungsi Sosialisasi (*Socialization and Social Placement Function*)

Fungsi sosialisasi berfokus pada perkembangan dan perubahan individu untuk menghasilkan interaksi sosial dan melaksanakan perannya dalam sosialisasi dengan lingkungan luar melalui kedisiplinan, mempelajari, norma, budaya, dan perilaku melalui interaksi dengan keluarga (Friedman, 2013).

3. Fungsi Reproduksi (*The Reproductive Function*)

Fungsi reproduksi berfokus pada mempertahankan kelangsungan keturunan dan menambah sumber daya manusia (Friedman, 2013).

4. Fungsi Ekonomi (*The Economic Function*)

Fungsi ekonomi berfokus pada kemampuan keluarga memenuhi kebutuhan keluarga secara ekonomi dan penghasilan dengan memanfaatkan sumber daya keluarga (Friedman, 2013).

5. Fungsi Perawatan Kesehatan (*The Health Care Function*)

Fungsi perawatan kesehatan berfokus pada mempertahankan kesehatan anggota keluarga agar dapat melakukan aktivitas tanpa ada hambatan dan memiliki produktivitas yang tinggi (Friedman, 2013).

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (dalam Herawati, 2017) membagi delapan fungsi keluarga di antaranya,

1. Fungsi Agama

Setiap manusia memiliki kebutuhan akan agama. Setiap anak yang lahir pertama kali ditanamkan cita-cita agama dan diberi identitas agama oleh keluarganya. Keluarga mendukung pertumbuhan cita-cita agama sehingga anak-anak berkembang menjadi orang dewasa yang berakhlak dan saleh. Keluarga menanamkan keimanan dan ketaqwaan yang utuh kepada Tuhan Yang Maha Esa dalam beribadah. Keluarga Indonesia menganut berbagai macam kepercayaan dan agama, maka menjalankan fungsi agama tidak boleh mengabaikan toleransi beragama yang beraneka ragam (Herawati, 2017).

2. Fungsi Sosial Budaya

Sarana utama untuk mengembangkan dan menanamkan budaya dengan standar moral yang tinggi berada dalam keluarga. Keluarga dan seluruh anggotanya memiliki kesempatan untuk membangun kekayaan budaya bangsa yang beraneka ragam dalam persatuan, berkat fungsi sosialnya. Alhasil, prinsip-prinsip luhur yang selama ini menjadi teladan bangsa tetap dapat dijunjung tinggi dan dipertahankan. Keluarga dapat membantu anak-anak belajar berkomunikasi, beradaptasi dengan lingkungannya, dan mempelajari adat istiadat setempat melalui keluarga (Herawati, 2017).

3. Fungsi Cinta Kasih

Perkembangan karakter anak sangat bergantung pada cinta dan kasih sayang. Keluarga harus menjadi tempat untuk menumbuhkan iklim cinta dan

kasih sayang dalam kehidupan keluarga, masyarakat, bangsa, dan negara, sesuai dengan fungsi cinta. Kemampuan memberikan cinta, kasih sayang, rasa aman, dan perhatian kepada anggota keluarga merupakan contoh bagaimana cinta dapat memenuhi fungsinya. Peran cinta kasih dalam keluarga menjadi pondasi yang kuat bagi hubungan antara anak dengan anak, suami dengan istri, orang tua dengan anak, serta kekerabatan antar generasi, sehingga keluarga menjadi tempat utama untuk membina kehidupan yang penuh cinta kasih secara fisik dan emosional (Herawati, 2017).

4. Fungsi Perlindungan

Keluarga memberikan perlindungan bagi semua anggotanya dan berfungsi sebagai tempat berlindung untuk kehangatan dan keamanan. Keluarga harus menjadi tempat di mana semua anggotanya merasa aman, nyaman, dan terlindung. Jika sebuah keluarga berfungsi dengan baik, maka keluarga tersebut mampu melindungi anggotanya dan mendorong pertumbuhan anak secara optimal. Agar anggota keluarga merasa aman dan terlindung dari kejadian yang tidak menyenangkan, tentu saja keluarga harus melindungi setiap anggotanya dari tindakan yang tidak baik (Herawati, 2017).

5. Fungsi Reproduksi

Keluarga berperan sebagai pengatur reproduksi keturunan yang sehat dan terencana agar anak yang dilahirkan menjadi generasi penerus bangsa yang berkualitas. Keluarga menjadi tempat untuk membina perkembangan pendidikan seksual bagi anak-anak serta seksualitas yang sehat dan berkualitas secara keseluruhan (Herawati, 2017).

6. Fungsi Sosialisasi dan Pendidikan

Keluarga berfungsi sebagai lokasi untuk menumbuhkan sosialisasi dan pendidikan serta tempat untuk belajar bagaimana berhubungan dengan orang lain dan berkomunikasi dengan cara yang positif dan sehat. Keluarga dapat memberikan Interaksi keluarga dan mensosialisasikan kepada anak tentang nilai, norma, dan cara berkomunikasi dengan orang lain, mengajarkan tentang hal-hal yang baik dan buruk ataupun salah dan benar (Herawati, 2017).

7. Fungsi Ekonomi

Keluarga berfungsi sebagai tempat utama untuk membangun dan menanamkan nilai-nilai yang terkait dengan pengelolaan uang, memenuhi kebutuhan dasar, dan menciptakan keluarga yang sejahtera (Herawati, 2017).

8. Fungsi Pembinaan Lingkungan

Tanggung jawab keluarga adalah mengelola kegiatan sehari-hari dengan tetap menjunjung tinggi tatanan mikro, meso, dan makro, termasuk lingkungan fisik dan sosial. Keluarga berkontribusi pada perbaikan lingkungan dan lingkungan alam sekitarnya. Keluarga dan anggotanya harus mengenal lingkungan dan masyarakat sekitar, serta memiliki kepedulian untuk menjaga kelestarian lingkungan alam. Keluarga peduli terhadap perlindungan lingkungan berguna untuk kepentingan generasi mendatang (Herawati, 2017).

2.3.3 Dimensi Fungsi Keluarga

Model konseptual McMaster yang diciptakan Epstein et al (2012) mengkategorikan fungsi keluarga dalam dimensi berikut.

1. Pemecahan Masalah (*Problem Solving*)

Kemampuan keluarga untuk menyelesaikan masalah pada tingkat yang menjamin fungsi keluarga yang efisien disebut sebagai dimensi pemecahan masalah. Masalah keluarga sering kali dipandang sebagai ancaman terhadap kesatuan dan kemampuan keluarga untuk berfungsi, dan solusi apa pun yang ditawarkan akan menimbulkan tantangan. Nyatanya, tidak semua masalah dapat dipandang sesuatu yang buruk terkadang melalui permasalahan dapat meningkatkan kepekaan, kedekatan, dan kemampuan keluarga dalam memecahkan suatu permasalahan.

Berdasarkan nilai klinisnya, masalah dapat dikategorikan sebagai masalah instrumental dan masalah afektif. Instrumental adalah permasalahan mekanis yang berkaitan dengan aktivitas sehari-hari seperti pembiayaan dan perumahan. Afektif adalah permasalahan yang berkaitan dengan perasaan. Model konseptual McMaster menyebutkan bahwa fungsi keluarga tidak efektif adalah keluarga yang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan permasalahan instrumental maupun afektif.

Fungsi keluarga efektif adalah keluarga yang mampu menyelesaikan masalah instrumental namun kesulitan menyelesaikan masalah afektif dengan cepat, mudah, dan tanpa perlu banyak pertimbangan. Kesulitan dalam memunculkan dan merinci langkah-langkah pemecahan masalah yang

keluarga adalah hal yang biasa terjadi. Komponen yang harus diperhatikan, di antaranya.

- A. Mengidentifikasi masalah, meliputi pertimbangan siapa yang mengidentifikasi masalah, pola konsisten masalah, jenis masalah, identifikasi ketepatan keluarga identifikasi masalah. Pada kenyataannya, sering ditemukan keluarga yang menganggap suatu permasalahan aktual sebagai masalah yang tidak terlalu berkonflik atau prioritas.
- B. Mengkomunikasikan masalah kepada sumber daya yang tepat baik di dalam maupun di luar keluarga.
- C. Membuat rencana cadangan atau strategi alternatif.
- D. Membuat keputusan mengenai sikap yang sesuai.
- E. Melaksanakan keputusan.
- F. Memantau keefektifan keputusan atau tindakan yang diambil.
- G. Evaluasi keberhasilan keputusan.

Model konseptual McMaster menyebutkan bahwa semakin baik fungsi keluarga, maka semakin banyak tahapan dalam proses ini yang dapat dinegosiasikan, sebaliknya keluarga yang kurang efektif akan mengalami kesulitan dalam memecahkan permasalahan bahkan kesulitan identifikasi masalah (Epstein et al., 2012).

2. Komunikasi (*Communication*)

Model konseptual McMaster mendefinisikan komunikasi sebagai bagaimana keluarga bertukar informasi dan berfokus pada komunikasi verbal.

Sama seperti halnya pemecahan masalah, dimensi komunikasi dibagi menjadi instrumental dan afektif. Keluarga kerap mengalami kesulitan dalam komunikasi afektif dan berfungsi dengan baik dalam komunikasi instrumental. Komunikasi dibagi menjadi empat gaya, di antaranya.

A. Jelas dan Langsung (*Clear and Direct Communication*)

Komunikasi yang jelas dan langsung adalah komunikasi yang efektif untuk menyampaikan perasaan, sebagai contoh adalah “*Joe, saya marah padamu karena kamu mengacuhkan saya.*”

B. Jelas dan Tidak Langsung (*Clear and Indirect Communication*)

Komunikasi jelas dan tidak langsung adalah komunikasi dengan pesan yang jelas namun tidak jelas ditujukan kepada siapa, sebagai contoh adalah “*Akuntan pasti membuat saya marah karena antrian*”

C. Tertutup dan Langsung (*Masked and Direct Communication*)

Komunikasi yang tertutup dan tidak langsung adalah komunikasi yang jelas tetapi langsung diarahkan kepada orang yang dituju, sebagai contoh adalah “*Joe kamu terlihat bagus hari ini*”.

D. Tertutup dan Tidak Langsung (*Masked and Indirect Communication*)

Komunikasi yang tertutup dan tidak langsung adalah komunikasi yang tidak jelas isi dan tujuan pesan, sebagai contoh “*anda tahu, akuntan membuat saya kesal*”

Model Konseptual Fungsi Keluarga McMaster menunjukkan bahwa efektivitas fungsi keluarga menurun seiring dengan komunikasi yang tertutup

dan tidak langsung. Fungsi keluarga akan lebih efektif jika komunikasi lebih jelas dan lugas. (Epstein et al., 2012).

3. Peran (*Roles*)

Model konseptual fungsi keluarga McMaster mendefinisikan komunikasi sebagai pola perilaku berulang yang digunakan individu untuk memenuhi fungsi keluarga. Model ini membagi peran-peran anggota keluarga, selain itu fungsi-fungsi tersebut dibagi menjadi, fungsi keluarga dibutuhkan (*necessary family function*) dan fungsi keluarga lain (*other family function*).

Fungsi keluarga dibutuhkan (*necessary family function*) meliputi beberapa tugas yang dilakukan berulang dan perlu dipenuhi agar keluarga tetap berfungsi dengan baik. Fungsi keluarga dibutuhkan terdiri dari instrumental, afektif, dan campuran. Model konseptual fungsi keluarga McMaster membagi lima kelompok fungsi keluarga yang diperlukan.

- A. *Provision of Resource* atau ketersediaan sumber daya, meliputi melaksanakan tugas-tugas yang dalam menyediakan makanan, pakaian, dan uang.
- B. *Nurturance and Support Function* atau fungsi pengasuhan dan dukungan, mencakup kebutuhan keluarga untuk menyediakan kebutuhan untuk menyediakan kebutuhan untuk hiburan, ketenangan, dan dukungan anggota keluarga.
- C. *Secual Gratification of Marital Partners* atau pemenuhan kebutuhan seksual pada pasangan suami-istri.

D. *Life Skills Development* atau pengembangan keterampilan hidup, meliputi membantu anak masuk dan menyelesaikan sekolah, membantu orang dewasa mengejar karir, minat, tujuan, serta mempertahankan pengembangan yang telah dicapai oleh anggota keluarga.

E. *Maintenance and Management of the Family System* atau pemeliharaan dan pengelolaan sistem keluarga mempertimbangan fungsi manajemen seperti kepemimpinan, pengambilan keputusan, dan fungsi yang terkait dengan mempertahankan batas keluarga dengan mempertahankan standar.

Fungsi keluarga lainnya (*other family function*) meliputi fungsi yang tidak diperlukan dalam mempertahankan fungsi keluarga dan sering muncul dalam perjalanan hidup setiap keluarga. Fungsi ini dapat bersifat adaptif atau maladaptif, sebagai contoh menggunakan biaya untuk liburan sehingga memenuhi fungsi hiburan, dan contoh maladaptif seperti adanya kambing hitam dalam keluarga.

Terdapat dua konsep dalam peran, di antaranya pembagian peran dan tanggung jawab peran. Pembagian peran dengan konsep penugasan akuntabilitas dalam mempertahankan fungsi dalam keluarga berdasarkan kesesuaian alokasi peran, metode proses pembagian. Perhatian diberikan pada tanggung jawab yang telah dibagikan secara tepat disebarkan dan dibagi di antara anggota keluarga ataupun beban peran yang terlalu berat. Akuntabilitas atau tanggung jawab peran melibatkan proses anggota keluarga bertanggung

jawab atas tanggung jawab yang diberikan kepadanya diperkuat dengan komitmen dan efektivitas pekerjaan yang dilakukan.

Maka dari itu, penting memahami dimensi peran dalam keluarga baik yang penting (*necessary*) maupun tidak penting (*other*) untuk memastikan apakah keluarga telah membagi tanggung jawab untuk fungsi ini dengan tepat, dan mekanisme yang sesuai untuk pertanggung jawaban. Semakin banyak fungsi yang terpenuhi dengan baik dan jelas, semakin jelas proses pembagian dan pertanggung jawabannya, maka keluarga semakin efektif.

Model Konseptual Fungsi Keluarga McMaster menunjukkan bahwa keluarga efektif mampu mengalokasikan peran fungsi keluarga yang diperlukan secara wajar dan tanggung jawab yang dibangun di dalamnya. Keluarga kurang efektif tidak dapat membagi fungsi keluarga yang diperlukan secara wajar dan tanpa adanya rasa tanggung jawab (Epstein et al., 2012).

4. Respon afektif (*Affective Responsiveness*)

Model konseptual fungsi keluarga McMaster merupakan kemampuan keluarga dalam merespon berbagai rangsangan dengan perasaan yang sesuai. Fokus dimensi ini adalah pada pola Respon keluarga terhadap rangsangan afektif. Dimensi ini tidak menjelaskan mengenai keluarga yang mengetahui bagaimana perasaan anggota keluarga melainkan telah dijelaskan pada komunikasi efektif keluarga. Respon dibagi menjadi dua, di antaranya.

A. Perasaan Sejahtera (*Welfare Feelings*)

Perasaan sejahtera merupakan respon positif, seperti cinta, kelembutan, bahagia, dan kegembiraan.

B. Perasaan Darurat (*Emergency Feelings*)

Perasaan darurat merupakan respon negatif, seperti kemarahan, keputusasaan, kekecewaan, ketakutan dan depresi.

Keluarga dengan respon afektif yang efektif adalah keluarga yang dapat memberikan respon yang tepat dalam menanggapi suatu kejadian. Sebaliknya, keluarga dengan respon afektif yang tidak efektif adalah keluarga yang kesulitan atau memberikan respon yang salah dalam menanggapi suatu kejadian. Budaya merupakan faktor yang mempengaruhi terhadap tanggap afektif keluarga.

Model Konseptual Fungsi Keluarga McMaster menunjukkan bahwa keluarga yang efektif adalah keluarga yang mampu menunjukkan berbagai macam respon yang sesuai dalam jumlah dan kualitas terhadap stimulus. Keluarga kurang efektif adalah keluarga yang hanya memberikan respon sangat sempit, jumlah dan kualitas kurang ditunjukkan sesuai konteks (Epstein et al., 2012).

5. Keterlibatan Afektif (*Affective Involvement*)

Model konseptual fungsi keluarga McMaster mendefinisikan keterlibatan afektif sebagai partisipasi keluarga dalam menunjukkan ketertarikan dan penghargaan terhadap aktivitas anggota keluarga. Fokusnya adalah pada seberapa banyak dan bagaimana anggota keluarga dapat

memperlihatkan minat dan menginvestasikan pada setiap anggota keluarga. Keterlibatan afektif dapat dibagi menjadi.

A. Kekurangan Keterlibatan

Kekurangan keterlibatan menunjukkan situasi dimana bagian keluarga kurang memperlihatkan ketertarikan antar anggota keluarga. Satu-satunya keterlibatan mereka melalui lingkungan dan fungsi fisik dan instrumental yang sama, seperti sekelompok penghuni asrama.

B. Keterlibatan tanpa Perasaan

Hal ini berlaku untuk situasi dimana ada beberapa ketertarikan tetapi sedikit dalam hubungan. Minat hanya akan muncul ketika diminta atau bahkan hanya sedikit.

C. Keterlibatan Narsistik

Hal ini terjadi ketika keterlibatan pada orang lain terutama egosentris dan tidak memiliki perspektif mengenai betapa pentingnya situasi tertentu bagi orang lain.

D. Keterlibatan Empati

Keterlibatan empati merupakan tingkat paling efektif dimana keterlibatan orang lain berpusat pada pentingnya situasi tertentu bagi orang lain. Meskipun anggota keluarga lain tidak memiliki minat dan kepentingan yang sama tetap akan menunjukkan kepedulian afektif satu sama lain.

E. Keterlibatan Berlebihan

Keterlibatan ini dapat diinterpretasikan dengan terlalu melindungi, terlalu hangat, dan terlalu mengganggu. Keterlibatan begitu kuat mengakibatkan batas-batas antara individu menjadi kabur.

Model Konseptual Fungsi Keluarga McMaster menunjukkan bahwa keluarga yang menggunakan keterlibatan empatik adalah keluarga yang efektif. Keluarga yang kurang terlibat dan berfokus pada keterlibatan simbiosis sehingga kurang aktif berinvestasi dalam keluarga adalah keluarga yang kurang efektif. (Epstein et al., 2012).

6. Kontrol Perilaku (*Behaviour Control*)

Model konseptual fungsi keluarga McMaster mendefinisikan kontrol perilaku sebagai pola yang diterapkan dalam keluarga untuk mengelola perilaku anggota dalam tiga situasi tertentu, seperti (Epstein et al., 2012).

- A. Status bahaya psikis, sehingga keluarga perlu memberi pantauan dan mengendalikan perilaku maupun sikap anggota keluarganya.
- B. Pemenuhan dan pengekspresian kebutuhan, dan dorongan psikobiologis seperti makan, tidur, eliminasi, berhubungan badan, dan agresi.
- C. Status yang berhubungan dengan tingkah laku sosialisasi di dalam maupun di luar keluarga sehingga keluarga akan menerapkan pola-pola perilaku bersosialisasi keluarga.

Penting untuk mempertimbangkan semua perilaku anggota keluarga dalam setiap situasi khususnya situasi berbahaya seperti anak yang berlari ke jalan raya, bermain korek api, mengemudi ugal-ugalan, percobaan bunuh diri.

Standar dan keleluasaan perilaku anggota keluarga yang diterima menentukan gaya kontrol perilaku. Terdapat empat kategori gaya Kontrol Perilaku dalam keluarga, di antaranya.

- A. Kontrol perilaku kaku, memiliki standar yang sempit dan ruang negosiasi terhadap suatu situasi yang terbatas.
- B. Kontrol perilaku yang fleksibel atau beradaptasi, seperti penetapan standar yang logis, kemampuan untuk memodifikasi, dan dapat bernegosiasi tergantung situasi.
- C. Kontrol perilaku *laissez-faire*, tidak ada standar, memungkinkan setiap perubahan terjadi tanpa mempertimbangkan situasi.
- D. Kontrol perilaku tidak teratur, terjadi secara acak, tidak teratur, tanpa peringatan sehingga anggota keluarga tidak mengetahui dan tidak menyadari standar yang berlaku, dan berapa banyak negosiasi yang harus dilakukan (Epstein et al., 2012).

2.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Fungsi Keluarga

Asumsi *The McMaster Model of Family Functioning* menjelaskan adanya faktor yang mempengaruhi fungsi keluarga di antaranya struktur keluarga, organisasi keluarga, dan pola transaksi keluarga. Penentuan perilaku anggota keluarga ditentukan oleh struktur dan organisasi keluarga, sedangkan pembentukan perilaku ditentukan oleh pola transaksi keluarga.

1. Faktor Struktur Keluarga

Struktur keluarga menggambarkan tipe keluarga pada suatu keluarga yang dibagi menjadi dua, yaitu tipe keluarga tradisional dan non-tradisional

(Epstein et al., 2012). Selain itu, struktur keluarga berkaitan dengan individu yang membentuk keluarga, hubungan antar keluarga, dan interaksi keluarga dengan lingkungan sosial (Kaakinen et al., 2018).

2. Faktor Organisasi Keluarga

Organisasi keluarga menggambarkan pembagian kekuasaan, pembagian kerja dan peran, pola keterlibatan, reaksi afektif, dan komunikasi dalam keluarga (Epstein et al., 2012).

3. Pola Transaksional

Pola transaksional menggambarkan kemampuan keluarga dalam memecahkan suatu permasalahan dan kontrol perilaku dengan tujuan mempertahankan keluarga (Epstein et al., 2012).

2.3.5 Karakteristik Fungsi Keluarga

Epstein et al (2012) memaparkan ciri fungsi keluarga yang baik, terdiri dari.

1. Mempertahankan keadaan baik fisik, mental, dan spiritual anggota keluarganya.
2. Mengajak dan membawa anggota keluarga untuk mencari bantuan profesional seperti dokter, psikolog, ataupun psikiater jika ada salah satu anggota keluarga tidak sehat.
3. Menjaga salah satu anggota keluarga yang kurang sehat dan memantau pengobatan yang sedang dijalani agar sesuai resep dan aturan dokter.

2.3.6 Dampak Fungsi Keluarga Tidak Efektif

Dampak fungsi keluarga tidak efektif, di antaranya.

1. Fungsi keluarga yang tidak efektif akan menciptakan lingkungan keluarga yang kurang baik, seperti kurangnya keharmonisan anggota keluarga, kurangnya kontrol orang tua atas tingkah laku anak, rendahnya kasih sayang, serta lemahnya dukungan keluarga (Herawati et al., 2020).
2. Meningkatnya anak terlantar dan anak putus sekolah disebabkan keluarga gagal dalam memberikan pola asuh terbaik (Haerunisa et al., 2015).
3. Meningkatnya kenakalan remaja seperti pencurian, penyalahgunaan zat-zat, pergi ke *club* malam, konsumsi alkohol, membolos sekolah, dan mengikuti komunitas yang menyimpang untuk mencari kenyamanan di luar keluarga (Rofiqah & Sitepu, 2019).
4. Fungsi keluarga tidak efektif akan menyebabkan kesepian karena keluarga dapat membantu individu untuk menjalin hubungan sosial dalam rumah dan berperan dalam perlindungan kesehatan fisik dan psikologis anggota keluarga (Barjaková & Garnero, 2022)
5. Ketidakberfungsian keluarga dalam melakukan peran dan tanggung jawab terhadap anggota keluarga, konflik keluarga seperti perselisihan, kekerasan dalam rumah tangga, tekanan keluarga, dan persepsi anggota keluarga bahwa dirinya membebani keluarga dapat meningkatkan pemikiran seseorang untuk melakukan bunuh diri (Chu et al., 2017).

2.4 Konsep *Emerging Adulthood*

2.4.1 Definisi *Emerging Adulthood*

Emerging adulthood pertama kali dikemukakan oleh Jeffrey J. Arnett pada tahun 2000. *Emerging adulthood* didefinisikan sebagai periode antara usia 18 sampai dengan 25 tahun ketika individu mulai mengeksplorasi dan mencari tujuan, cinta, pekerjaan, masa depan, dan dunia yang lebih luas (Arnett, 2019).

2.4.2 Karakteristik *Emerging Adulthood*

Ciri-ciri dan karakteristik pada *emerging adulthood*, terdiri dari.

1. Eksplorasi Diri (*Identity Exploration*)

Emerging adulthood merupakan usia individu dalam mengeksplorasi diri khususnya hubungan dengan keluarga, orang tua, harapan masa depan, pekerjaan, cita-cita, hubungan romantis, dan kepercayaan agama. Proses eksplorasi diri kerap menimbulkan kebingungan, ketakutan akan masa depan, namun dapat menciptakan perasaan optimis dan semangat (Arnett, 2019). Manfaat kebebasan mengeksplorasi diri dapat membantu individu menggali pemahaman mengenai diri, tujuan hidup, dan membuat keputusan (Arnett, 2019).

2. Usia Tidak Stabil (*Age of Instability*)

Emerging adulthood merupakan usia ketidakstabilan dimana individu sering dihadapi beberapa pilihan seperti pendidikan, karir, dan hubungan percintaan yang harus dipilih sesuai dengan minat dan kemampuannya sehingga kembali menimbulkan pertanyaan apakah pilihan yang diambil sudah terbaik (Arnett, 2019). Contohnya, ketika memasuki usia 18 atau 19

tahun individu memilih untuk bekerja dan tinggal mandiri namun ketika melalui beberapa pertimbangan akhirnya memilih untuk tetap tinggal bersama keluarganya (Arini, 2021).

3. Usia Fokus Diri Sendiri (*The Self Focused Age*)

Emerging adulthood merupakan usia fokus terhadap diri sendiri dan mulai lebih perhatian dan lebih memahami sudut pandang orang lain dibandingkan masa remaja, hal ini dipengaruhi oleh hubungan individu dengan keluarga dan orang tua dan meningkatnya kesadaran sosial. *Emerging adulthood* dapat dikatakan masa individu fokus terhadap diri sendiri dengan menerapkan hak otonomi dan bebas membuat keputusan sendiri dalam kehidupan sehari-hari. Manfaat fokus terhadap diri sendiri adalah dapat mencapai kemandirian, mempersiapkan diri menjadi orang dewasa, dan menjalani hubungan dalam jangka panjang seperti cinta, sosial, dan pekerjaan (Arnett, 2019).

4. Usia Pertengahan (*Feeling in Between*)

Emerging adulthood merupakan usia di antara remaja dan dewasa. *Emerging adulthood* tidak dapat dikatakan sebagai remaja karena sudah dapat bertanggung jawab dan dapat membuat keputusan, serta tidak dapat dikatakan sebagai dewasa karena belum memenuhi syarat dewasa salah satunya mandiri secara finansial dan belum ada kemantapan karir dan pilihan hidup. Ketika individu menginjak usia 20 tahun maka individu akan belajar mempersiapkan menjadi dewasa, dengan kriteria menerima tanggung jawab, membuat keputusan sendiri, dan mandiri secara finansial (Arnett, 2019).

5. Penuh Kemungkinan (*The Age of Possibilities*)

Emerging adulthood merupakan usia munculnya harapan-harapan tinggi untuk masa depan, termasuk keinginan untuk sukses dan harapan untuk memiliki kehidupan yang lebih baik (Arnett, 2019).

6. Usia Krisis (*Quarter Life Crisis*)

Quarter life crisis merupakan reaksi terhadap ketidakstabilan kehidupan, pergeseran lanskap budaya, dan awal dari keraguan terkait masa depan. Kesulitan ekonomi, persaingan kerja yang tinggi, dan ekspektasi untuk berprestasi memiliki kontribusi pada kecemasan usia *emerging adulthood*. Lima tahapan *Quarter life crisis* di antaranya sulit mengambil keputusan, mulai meragukan keputusan, mulai menghadapi tuntutan dengan mengatasi pemecahan masalah, membangun komitmen dan hubungan, serta menciptakan kehidupan baru sesuai dengan nilai, harapan dan minat (Arini, 2021).

2.4.3 Tugas Perkembangan *Emerging Adulthood*

McLeod (2023) menjelaskan tugas perkembangan psikososial yang dikembangkan oleh Erikson dalam teori perkembangan psikososial bahwa pada *emerging adulthood* atau *early adulthood* berada pada tahap *intimacy vs isolation*. *Intimacy* merupakan kemampuan individu berkomunikasi dan bergaul dengan orang lain tanpa khawatir kehilangan identitas diri. Individu dapat dikatakan mencapai keintiman (*intimacy*) jika memiliki menemukan nilai-nilai yang positif seperti cinta stabil dan ego yang stabil. *Isolation* merupakan kegagalan individu dalam berkomunikasi dan bergaul dengan orang lain yang disebabkan

kegagalannya dalam menyelesaikan fase perkembangan sebelumnya, sehingga mengakibatkan individu mengalami kesulitan dalam membangun hubungan dan kerja sama dengan orang lain (Mcleod, 2023).

Individu *emerging adulthood* biasanya mulai mengeksplorasi diri sendiri mengenai hubungan dengan orang lain, keyakinan yang dianutnya, bahkan sesuatu yang telah dicapainya selama hidup sehingga sangat rentan menimbulkan kebingungan, ketakutan akan masa depan, bahkan menimbulkan stress (Salimah & Prathama, 2022).

Oakley (2020) menjelaskan tugas perkembangan *emerging adulthood* terdiri dari.

1. Tinggal terpisah dengan orang tua.
2. Kemajuan dalam karir dan pendidikan.
3. Mengembangkan hubungan dekat yang mendalam seperti pasangan atau persahabatan.
4. Memiliki otonomi dalam pengambilan keputusan serta memiliki kematangan emosional.

2.5 Konsep Kesepian

2.5.1 Definisi Kesepian

Kesepian didefinisikan sebagai pengalaman subjektif ketika individu menghadapi situasi konflik dimana jumlah hubungan, kedekatan, interaksi, komunikasi, dan kedekatan sosial yang ada kurang dari yang diharapkan (Sagita & Hermawan, 2020). Russell (dalam Oakley, 2020) menjelaskan bahwa kesepian dapat didefinisikan sebagai hubungan sosial yang tidak sesuai dengan harapan,

yang dapat menyebabkan cemas, tertekan, dan kurangnya hubungan sosial yang dialami individu. Kesepian merupakan Respon kognitif dan emosional pada seseorang mengenai hubungan sosial orang yang mengalami kesepian membutuhkan bantuan orang lain untuk diajak berbicara, berbagi cerita, dan menciptakan hubungan yang baik (Yusuf, 2016).

Weiss yang mencetus teori kesepian tahun 1973 (dalam Oakley, 2020) mendefinisikan kesepian sebagai pengalaman subjektif individu terkait hubungan sosial yang dimiliki yang tidak sesuai dengan ekspektasi/ harapan. Kesepian tidak dapat diukur dengan melihat sebanyak jumlah kenalan atau jumlah interaksi sosial individu karena kesepian dipengaruhi oleh cara pandang individu yang merasa puas dengan hanya memiliki satu atau dua pertemanan, dengan mereka yang merasa sengsara meskipun memiliki interaksi sosial yang sangat banyak. Teori Kesepian Killen tahun 1998 (dalam Tzouvara et al., 2015) pun mendefinisikan kesepian sebagai kondisi yang tidak menyenangkan disebabkan oleh kekosongan karena kehidupan sosial dan emosional yang tidak terpenuhi, serta adanya defisit kebutuhan sosial dan kebutuhan keintiman yang memberikan kontribusi terhadap pengalaman kesepian.

Teori kesepian De Jong Gierveld tahun 1998 (dalam Tzouvara et al., 2015) menjelaskan bahwa kesepian merupakan pengalaman tidak menyenangkan disebabkan kualitas hubungan yang buruk termasuk jumlah hubungan yang ada tidak sesuai dengan yang diinginkan dimana kedekatan sosial tidak terwujud. Kesepian merupakan pengalaman subjektif yang melibatkan cara pandang,

keterasingan, dan kurangnya komunikasi dengan orang lain (Tzouvara et al., 2015).

Pada umumnya kesepian sering disamakan dengan isolasi sosial namun nyatanya kedua hal tersebut berbeda. Isolasi sosial secara objektif muncul ketika individu memiliki sedikit hubungan sosial, kurang terlibat dalam peran maupun keanggotaan kelompok, dan interaksi sosial yang sedikit, sedangkan kesepian berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengalaman subjektif menyedihkan berkaitan dengan hubungan sosial (Murty, 2023).

Berdasarkan definisi berikut dapat disimpulkan bahwa kesepian didefinisikan sebagai Respon kognitif dan emosional berkaitan dengan hubungan sosial yang tidak sesuai dengan harapan dan cara pandang individu mengenai hubungan sosial.

2.5.2 Jenis Kesepian

Berdasarkan teori kesepian yang dikembangkan oleh Weiss tahun 1973 (dalam Oakley, 2020) menunjukkan bahwa terdapat dua jenis kesepian, di antaranya

1. Kesepian Emosional (*Emotional Loneliness*)

Kesepian emosional dianggap sebagai hasil dari kurangnya hubungan emosional yang berkaitan dengan kedekatan atau keintiman. Kesepian emosional ditandai dengan kehilangan orang yang dicintai, perceraian, dan tidak adanya teman (Oakley, 2020).

2. Kesepian sosial (*Social Loneliness*)

Kesepian sosial dianggap sebagai hasil dari kurangnya hubungan sosial. Kesepian sosial ditandai dengan kurangnya keterlibatan dalam jejaring sosial, pindah ke lingkungan sosial yang baru, menganggur, dan dikucilkan dari komunitas (Oakley, 2020).

2.5.3 Dimensi Kesepian

Russell et al mengembangkan alat ukur UCLA Loneliness (dalam Oakley, 2020) menunjukkan bahwa dimensi kesepian terdiri dari.

1. Kepribadian (*Personality Trait*)

Kepribadian kesepian didefinisikan sebagai pola emosional kesepian dipengaruhi oleh kepribadian yang cenderung meningkatkan kesepian. Kepribadian *neuroticism* dapat meningkatkan kesepian karena cenderung memiliki ketidakstabilan emosional, mudah cemas, temperamental, mengasihani diri sendiri, dan mudah stress. Selain itu memiliki ketakutan dalam berinteraksi dengan orang lain dan kurang percaya diri dapat meningkatkan kesepian. Indikator kepribadian di antaranya tidak memiliki ketertarikan terhadap sesuatu, pemalu, merasa tidak memiliki teman, pendiam, dan tidak bersahabat (Oakley, 2020).

2. Keinginan Sosial (*Social Desirability*)

Keinginan sosial didefinisikan sebagai kesepian yang disebabkan oleh individu yang tidak memiliki kehidupan sosial yang diinginkan untuk membentuk maupun membangun kehidupan sosialnya. Keinginan sosial cenderung tertutup mengenai kesepian untuk mendapatkan eksistensi dari

orang lain dan terhindar dari stigma mengenai kesepian pada dirinya. Indikator dari aspek ini adalah seseorang kesulitan dekat dengan orang lain, kesulitan bersahabat atau memiliki teman dekat, merasa bukan bagian dari kelompok, dan tidak memiliki pendapat yang sama dengan orang lain (Oakley, 2020).

3. Depresi Kesepian (*Depression Loneliness*)

Depresi kesepian didefinisikan kesepian disebabkan oleh kesepian yang berkepanjangan sehingga menyebabkan perasaan sedih, tidak bersemangat, merasa tidak berharga, dan berpusat pada kegagalan yang dialami. Indikator pada aspek ini adalah seseorang merasa dikucilkan, kesepian, ditingkalkan oleh teman, dan tidak memiliki hubungan yang berarti dengan orang lain (Oakley, 2020).

2.5.4 Faktor yang Mempengaruhi Kesepian

Faktor yang mempengaruhi kesepian terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kualitas dan kuantitas hubungan sosial yang diharapkan tidak sesuai dengan yang dimiliki. Faktor eksternal meliputi keberhasilan fungsi, dukungan dan lingkungan keluarga atau sosial yang kurang mendukung dalam beradaptasi dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya (G. L. Sari & Hidayati, 2015).

Barjaková & Garneró (2022) menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya kesepian, terdiri dari.

1. Usia

Usia muda berkisaran 18-35 tahun dan usia tua berusia 50 tahun ke atas berisiko mengalami puncak kesepian (Barjaková & Garnero, 2022).

2. Jenis Kelamin

Kesepian pada perempuan cenderung lebih tinggi pada kesepian emosional sedangkan laki-laki sering mengalami kesepian sosial. Laki-laki cenderung tidak ingin mengungkapkan perasaannya (Barjaková & Garnero, 2022).

3. Migrasi

Individu yang melakukan migrasi ke negara lain berisiko mengalami kesulitan dalam membentuk hubungan sosial dikarenakan keharusan untuk membentuk hubungan sosial baru di negara tujuan, kendala bahaya dan budaya, diskriminasi karena perbedaan budaya, atau bahkan dipandang ekonomi rendah (Barjaková & Garnero, 2022).

4. Status Pekerjaan

Pekerjaan membantu dalam memberikan biaya yang diperlukan untuk berpartisipasi dalam berbagai kegiatan sosial selain itu, menganggur dapat menyebabkan perasaan terisolasi dan kurangnya rasa memiliki suatu tempat (Barjaková & Garnero, 2022).

5. Faktor Kepribadian

Kepribadian pemalu atau harga diri rendah menyebabkan individu kesulitan dalam membangun hubungan sosial. Kepribadian ekstrovert dan

neurotisme menjadi faktor psikologis yang memiliki hubungan dengan kesepian (Barjaková & Garnero, 2022).

6. Status Ekonomi

Bersosialisasi tentunya memerlukan biaya, oleh karena itu kesulitan finansial membuat individu sulit pula membentuk dan memelihara hubungan sosial (Barjaková & Garnero, 2022).

7. Status Pasangan

Peran pasangan adalah memberikan dukungan emosional kepada individu untuk selalu ada saat dibutuhkan dan sebagai tempat untuk berbagi pengalaman hidup. Menjalin hubungan dapat menjadi cara untuk memperluas lingkaran sosial dengan saling mengenal keluarga dan teman. Namun, hubungan jarak jauh pun dapat mempengaruhi kesepian jika kualitas hubungan rendah dan dukungan emosional tidak sesuai dengan harapan individu (Barjaková & Garnero, 2022).

8. Fungsi Keluarga

Fungsi keluarga dapat membantu individu untuk menjalin hubungan sosial dalam rumah dan berperan dalam perlindungan kesehatan fisik dan psikologis anggota keluarga (Barjaková & Garnero, 2022).

9. Lingkungan Tempat Tinggal

Kehadiran sosok yang dapat memberikan dukungan emosional dan berkesempatan menjalin hubungan sosial yang didapatkan dari lingkungan tempat tinggal mempengaruhi kesepian. Hidup sendiri atau tinggal dengan orang lain dapat menjadi pemicu kesepian karena kesulitan bersosialisasi,

mendapat dukungan sosial, dan mendapat hubungan dekat (Barjaková & Garnero, 2022).

10. Jaringan Sosial

Aspek dari jaringan sosial yang memicu kesepian terdiri dari, jumlah hubungan yang bermakna yang dimiliki individu, dan frekuensi dan jenis kontak dengan orang-orang dari lingkungan sosial seperti dukungan emosional dan sosial sesuai dengan kebutuhan hubungan sosial (Barjaková & Garnero, 2022).

11. Aktivitas Sosial

Interaksi sosial dapat dipandang sebagai sarana untuk memperluas jaringan sosial melalui interaksi dengan orang-orang baru dan meningkatkan fungsi sosial melalui kontak sosial yang lebih sering, dan untuk meningkatkan kualitas melalui hubungan yang lebih kuat dan lebih banyak dukungan sosial (Barjaková & Garnero, 2022).

Weiss (dalam Oakley, 2020) menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya kesepian pada seseorang, di antaranya.

1. Jenis Kelamin

Wanita lebih kesepian daripada pria. Hal ini disebabkan wanita lebih sering mengungkapkan kesepiannya dibandingkan pria (Oakley, 2020).

2. Hubungan Khusus

Hubungan khusus seperti saudara kandung maupun pernikahan dapat mempengaruhi kesepian seseorang. Wanita lajang lebih kesepian

dibandingkan wanita yang sudah menikah. Hal ini dikarenakan dukungan yang lebih ia dapatkan dari pasangan (Oakley, 2020).

3. Pendapatan

Seseorang yang memiliki pendapatan kurang lebih merasakan kesepian. Hal ini dikarenakan kesulitan dalam bergabung dengan pertemanan seperti pesta ataupun kegiatan sosial lainnya (Oakley, 2020).

4. Fungsi Keluarga

Fungsi keluarga mempengaruhi kesepian seseorang, ketika anggota keluarga tidak dapat mencukupi kebutuhan, tugas, dan kewajiban kepada anggota keluarga lain ataupun hubungan keluarga yang tidak bermakna akan berakibatkan munculnya kesepian khususnya kesepian secara sosial. Kondisi keluarga yang *broken home* atau kehilangan anggota keluarga seperti orang tua maupun pasangan dapat mempengaruhi munculnya kesepian emosional dimana peran keluarga yang dilaksanakan oleh anggota keluarga yang tidak ada, tidak dapat digantikan oleh anggota keluarga yang lain (Oakley, 2020).

Teori Kesepian yang dikembangkan oleh Weiss (1974) dalam (dalam Oakley, 2020) menunjukkan bahwa munculnya kesepian diakibatkan oleh tidak terpenuhinya enam kebutuhan, di antaranya.

1. Keterikatan (*Attachment*)

Kebutuhan ini berkaitan dengan fungsi keluarga dalam memberikan perasaan aman dan memberikan keamanan terhadap anggota keluarga. Keterikatan dalam keluarga memungkinkan seseorang mendapatkan

kelekatan atau kedekatan emosional dengan orang lain, merasa aman, tentram, dan damai dalam bersosialisasi (Oakley, 2020).

2. Integrasi Sosial (*Social Integration*)

Kebutuhan individu dalam berbagi minat, perhatian, kekhawatiran, dan aktivitas rekreasi secara bersama-sama (Oakley, 2020).

3. Kesempatan untuk Merasa Dibutuhkan (*Opportunity for Nurturance*)

Kebutuhan diri sendiri yang disebabkan oleh rasa ketergantungan dan merasa dibutuhkan oleh orang lain (Oakley, 2020).

4. Adanya Pengakuan (*Reassurance of Worth*)

Kebutuhan individu dalam mengakui kemampuan dan keterampilannya, serta penghargaan dari orang lain, dan biasanya berasal dari keluarga (Oakley, 2020).

5. Rasa Aliansi (*Sense of Reliable Alliance*)

Rasa aliansi berkaitan dengan fungsi keluarga dalam memberikan kepercayaan kepada anggota keluarga untuk mengandalkan bantuan keluarga dalam keadaan apapun (Oakley, 2020).

6. Bimbingan pada Situasi Stres (*Guidance in Stressful Situation*)

Bimbingan pada situasi stres berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam menyediakan kebutuhan, nasihat, dan bantuan (Oakley, 2020).

2.5.5 Kesepian pada *Emerging Adulthood*

Emerging adulthood merupakan masa dimana individu berada dalam fase mobilitas, eksplorasi identitas, pengembangan gaya hidup, dan ikatan interpersonal, walaupun pada usia ini banyak cara yang bisa dilakukan dalam

mengatasi kesepian, namun kesepian sosial maupun kesepian emosional dapat terjadi pada *emerging adulthood*. Kesepian sosial terjadi ketika seseorang berada di lingkungan yang ramai namun tidak merasa nyaman sehingga tetap merasa kesepian. Kesepian emosional terjadi ketika seseorang mengalami perpisahan dengan orang terdekat (Permana & Astuti, 2021).

Kesepian pada *emerging adulthood* dapat disebabkan oleh tidak memiliki tempat untuk bercerita, figure yang dicintai, jauh dari keluarga, putusnya hubungan dengan keluarga, teman, pacar, dan binatang kesayangan dipengaruhi oleh jarak jauh dan kematian. Kesepian tidak selalu dikaitkan dengan respon negatif, namun seiring berjalannya waktu kesepian dapat menggiring pada reaksi yang positif. Reaksi positif di antaranya mulai mencari kesibukan seperti mencari kesibukan, menjalin interaksi, momen mengembangkan diri, momen intropeksi diri. Reaksi negatif dalam menghadapi kesepian di antaranya sedih, *overthinking*, galau, stres, menangis (Permana & Astuti, 2021).

2.5.6 Dampak Kesepian

Kesepian dapat berdampak positif maupun negatif bagi yang mengalaminya. di antaranya.

1. Dampak Positif

Dampak positif kesepian di antaranya mencari kesibukan seperti mencari potensi baru, menjalin interaksi sosial, momen mengembangkan diri dan intropeksi diri (Permana & Astuti, 2021).

2. Dampak Negatif

Dampak negatif kesepian di antaranya mudah merasa jenuh, merasa ditolak, sulit berkomunikasi dengan orang-orang di sekitar, menarik diri, kesulitan memecahkan permasalahan yang dihadapi, menimbulkan masalah kesehatan, menurunnya prestasi, dan menimbulkan dorongan untuk bunuh diri (Marisa & Afriyeni, 2019). Selain itu, kesepian dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik dan penurunan kinerja dalam bekerja (Murty, 2023).

2.6 Konsep Mekanisme Koping

2.6.1 Definisi Mekanisme Koping

Mekanisme koping merupakan proses adaptasi yang dilakukan untuk mengatasi masalah, menyikapi perubahan, dan reaksi terhadap keadaan berbahaya. Koping dapat diartikan sebagai suatu upaya untuk mengatasi stress. Mekanisme koping yang baik akan memudahkan seseorang untuk beradaptasi, sebaliknya jika mekanisme koping gagal artinya seseorang akan menyebabkan seseorang gagal beradaptasi dan mengalami stress (Steven, 2021).

2.6.2 Penggolongan Mekanisme Koping

Mekanisme koping dapat dibagi menjadi dua, di antaranya.

1. Mekanisme Koping Adaptif

Mekanisme koping adaptif merupakan koping yang mendorong tujuan-tujuan, penetapan tujuan, pembelajaran, integrasi, dan pertumbuhan. Contoh mekanisme koping adaptif di antaranya berbincang bersama seseorang, penyelesaian masalah efektif, teknik relaksasi, mengidentifikasi masalah lebih mendalam, berdoa, berolahraga untuk mengatasi tekanan, merencanakan

alternatif tindakan, memiliki keyakinan bahwa segala sesuatunya akan membaik, dan belajar pada pengalaman terdahulu (Steven, 2021).

2. Mekanisme Koping Maladaptif

Mekanisme koping maladaptif merupakan mekanisme yang membatasi integrasi, menurunkan otonomi, dan memanipulasi lingkungan. Contoh mekanisme koping maladaptif adalah agresif dan menarik diri. Perilaku agresif melibatkan penyerangan terhadap objek berupa benda, orang, maupun diri sendiri. Menarik diri merupakan pengasingan diri dari lingkungan, secara fisik meninggalkan lingkungan dan secara psikologis apatis, pendiam, dan tidak berminat akan sesuatu. Contoh perilaku maladaptif lainnya adalah penggunaan alkohol, penyalahgunaan zat, melamun, menangis, tidur berlebihan, dan melupakan masalah (Steven, 2021).

2.6.3 Strategi Koping

Strategi koping merupakan upaya mental maupun perilaku individu dalam meminimalisir tekanan. Strategi koping terdiri dari.

1. Mekanisme Koping Berfokus pada Masalah (*Problem Focused Coping*)

Problem Focused Coping merupakan koping yang berorientasi pada solusi, penyelesaian persoalan, mengatasi stress, menyusun langkah, dan mempelajari keterampilan baru. Strategi koping ini cenderung digunakan oleh seseorang yang yakin bahwa situasi dapat berubah (Steven, 2021). Aspek *Problem Focused Coping* terdiri dari.

A. *Seeking Social Support*

Cara mengatasi stress dengan berusaha mendapatkan dukungan sosial dari keluarga maupun orang sekitar berupa menarik simpati maupun perhatian orang lain (Steven, 2021).

B. *Confrontive Coping*

Cara mengatasi stress melalui perilaku agresif, seperti mengamuk dan keberanian mengambil risiko (Steven, 2021).

C. *Planful Problem-Solving*

Cara mengatasi stress dengan berhati-hati, bertahap, dan menggunakan teknik analisa (Steven, 2021).

2. Mekanisme Koping Berfokus pada Emosi (*Emotional Focused Coping*)

Emotional Focused Coping merupakan usaha dalam memecahkan permasalahan melalui mengatur respon emosional melalui kognitif seperti membuat perbandingan, melihat situasi dari sisi lain, dan melalui behavioral seperti penyalahgunaan zat, alkohol, mencari dukungan emosional, dan melakukan aktivitas yang dapat mengalihkan perhatiannya. Strategi *emotional focused coping* terdiri dari.

A. *Self-Control* (Pengendalian Diri)

Upaya mengendalikan emosi dalam situasi yang penuh tekanan (Steven, 2021).

B. *Distancing* (Mengabaikan)

Upaya menghindari atau mengabaikan suatu masalah, dan tidak terlibat dari suatu permasalahan, seperti memperlakukan masalah seperti lelucon (Steven, 2021).

C. *Positif Reappraisal* (Penilaian Ulang Positif)

Upaya menemukan nilai positif pada masalah yang dihadapinya melalui pengembangan diri, seperti meningkatkan spiritual (Steven, 2021).

D. *Accepting Responsibility* (Penerimaan Tanggung Jawab)

Upaya menerima tanggung jawab sendiri untuk menyelesaikan masalah (Steven, 2021).

E. *Escape/ Avoidance* (Melarikan Diri)

Upaya keluar dari suatu kondisi melalui cara melarikan diri dari suatu situasi, seperti merokok, menggunakan obat-obatan, dan lainnya (Steven, 2021).

2.6.4 Faktor yang Mempengaruhi Mekanisme Koping

Faktor yang mempengaruhi mekanisme koping, di antaranya.

1. Kepribadian

Kepribadian agresif, tidak sabar, kompetitif yang tinggi lebih berisiko tinggi mengalami stress, dibandingkan kepribadian yang sabar (Steven, 2021).

2. Jenis Kelamin

Berdasarkan jenis kelamin, perempuan lebih sering sensitif dan terhadap respon psikologis dan memiliki pola pikir kewaspadaan negatif terhadap konflik dan stress, sehingga perempuan lebih mudah mengalami stress. Berbeda dengan laki-laki seringkali menikmati konflik dan persaingan, bahkan menganggap konflik sebagai sesuatu yang membangun. Perempuan

cenderung menggunakan strategi koping *emotional focused coping* sedangkan laki-laki menggunakan strategi koping *problem focused coping* (Lavari, 2019).

3. Usia

Semakin meningkatnya usia maka akan menambah pengalaman, pengetahuan, dan tanggung jawab yang besar sehingga dapat meningkatkan mekanisme koping yang baik (Steven, 2021).

4. Pendidikan

Pendidikan yang baik dapat membantu seseorang untuk melakukan tindakan-tindakan yang efektif (Steven, 2021).

5. Dukungan Sosial

Dukungan sosial yang didapatkan dari orang terdekat seperti keluarga dan teman dapat menjadi proteksi munculnya stress, sehingga tingginya dukungan sosial maka akan menurunkan stress pada individu (Steven, 2021).

2.6.5 Rentang Respon Sosial

Gambar 2. 1

Rentang Respon Sosial



Sumber: (Stuart, 2021)

Respon adaptif merupakan Respon yang sesuai norma dan standar sosial dan budaya yang berlaku (Pujiningsih, 2021). Respon sosial adaptif

merupakan kemampuan dalam mentoleransi kesendirian dan ekspresi otonomi, kebersamaan, dan saling ketergantungan (Stuart, 2021). Respon sosial adaptif terdiri dari.

1. Menyendiri (*Solitude*)

Menyendiri merupakan Respon yang dilakukan seseorang untuk merenungkan suatu haln yang terjadi, merencanakan tindakan yang harus diambil, dan mengevaluasi diri (Stuart, 2013).

2. Otonomi

Otonomi merupakan kemampuan independen individu dalam menentukan dan menyampaikan ide, pikiran, perasaan, dan pengaturan diri dalam berhubungan dengan kehidupan sosial (Stuart, 2013).

3. Bekerja Sama (*Mutualism*)

Bekerja sama merupakan Respon individu dalam memberikan saling pengertian dan saling menerima dalam berhubungan dengan sosial (Stuart, 2013).

4. Saling Ketergantungan (*Interdependent*)

Saling ketergantungan merupakan Respon individu dalam menjalin hubungan saling bergantung dengan orang lain dalam membina hubungan sosial atau interpersonal (Stuart, 2013).

Ketika seseorang tidak dapat memberikan Respon secara adaptif maka akan muncul Respon lain sebelum munculnya Respon maladaptif, di antaranya.

1. Kesepian (*Loneliness*)

Kesepian merupakan kondisi dimana individu merasa sendiri dan merasa tidak ada perhatian yang diberikan kepadanya dari orang lain maupun lingkungannya (Stuart, 2013).

2. Menarik Diri (*Withdrawal*)

Menarik diri merupakan kondisi dimana individu mengalami penurunan kemampuan dan menolak dalam berinteraksi dengan orang lain dan tidak mampu membina hubungan terbuka dengan orang lain (Stuart, 2013).

3. Ketergantungan (*Dependent*)

Ketergantungan merupakan kondisi dimana seseorang gagal mengembangkan rasa percaya diri atau kemampuannya untuk berfungsi secara sosial (Stuart, 2013).

Respon maladaptif merupakan Respon yang kurang diterima oleh norma sosial dan kebudayaan yang berlaku (Pujiningsih, 2021). Respon sosial adaptif terdiri dari.

1. Manipulasi

Manipulasi merupakan perilaku seseorang menempatkan dirinya sebagai objek, berorientasi pada diri sendiri, dan tidak memperdulikan orientasi orang lain, senang mengendalikan orang lain, sulit merasakan keintiman dengan orang lain karena memfokuskan hubungan interpersonal untuk mengambil keuntungan (Stuart, 2021).

2. Narsisme

Narsisme merupakan kondisi ketika seseorang hanya berfokus pada pujian, penghargaan, dan kekaguman orang lain. Orang yang narsisme biasanya mudah mengalami penurunan harga diri, egosentrik, iri hati, dan marah ketika tidak ada yang mendukung (Stuart, 2021).

3. Impulsif

Orang yang impulsive biasanya tidak mampu merencanakan sesuatu, tidak mampu belajar dari pengalaman, memiliki penilaian yang buruk, dan sulit diberi kepercayaan (Stuart, 2021).

2.7 Konsep *Suicidal Ideation*

2.7.1 Definisi *Suicidal Ideation*

Suicidal ideation atau ide bunuh diri merupakan suatu pemikiran individu untuk mengakhiri hidupnya dapat disampaikan melalui verbal maupun catatan bahwa pelaku memiliki pikiran untuk mengakhiri hidupnya (Seprianasari, 2022). Individu yang memiliki ide bunuh diri akan memicu individu untuk melakukan percobaan bunuh diri hingga menjadi tindakan bunuh diri. Bunuh diri merupakan upaya individu untuk menyakiti diri sendiri secara sengaja hingga dapat menimbulkan kematian (Wusqa & Novitayani, 2022).

Reynolds (dalam Adeyemo et al., 2023) mendefinisikan *suicidal ideation* merupakan pemikiran dan gagasan yang dimiliki individu mengenai kematian, bunuh diri, perilaku melukai diri sendiri, dan pikiran yang berkaitan dengan perencanaan, pelaksanaan, dan hasil dari perilaku bunuh diri baik disimpan sendiri maupun diungkapkan kepada orang lain. Orden et al dalam *The*

Interpersonal Theory of Suicide (dalam Chu et al., 2017) menyebutkan bahwa ide bunuh diri dapat muncul disebabkan rasa kepemilikan terhadap lingkungan sosial yang kurang dan adanya perasaan bahwa diri tidak berharga serta menjadi beban bagi orang lain. Berdasarkan definisi diatas maka dapat disimpulkan bahwa *suicidal ideation* merupakan pemikiran yang dimiliki oleh suatu individu untuk mengakhiri hidupnya secara sengaja berisiko kematian yang nyata disebabkan oleh beban hidup yang dirasa melebihi kapasitas dan perasaan bahwa diri sendiri tidak berharga bagi lingkungan sekitar (Chu et al., 2017).

2.7.2 Aspek *Suicidal Ideation*

Reynold (dalam Adeyemo et al., 2023) menunjukkan bahwa aspek *suicidal ideation*, terdiri dari, bunuh diri sebagai pembalasan bagi orang lain, bunuh diri sebagai cara untuk membuat orang lain menyadari dirinya, pikiran bahwa tidak ada yang peduli jika dia hidup ataupun mati, dan bunuh diri sebagai cara memecahkan masalah seseorang.

2.7.3 Dimensi *Suicidal Ideation*

Reynold mengembangkan alat ukur *Adult Suicidal Ideation Questionnaire* (ASIQ) tahun 1991 (dalam Adeyemo et al., 2023) dapat mengukur dimensi *suicidal ideation* yang terdiri dari.

1. *Specific Plan and Wishes* (Rencana dan Harapan Khusus)

Dimensi ini menggambarkan ide bunuh diri dimulai dari pikiran mengenai kematian dan harapan untuk mati, penyusunan rencana secara umum maupun spesifik, dan cara untuk mengakhiri hidupnya dengan sengaja (Adeyemo et al., 2023).

2. *Response and Aspect of Others (Tanggapan dan Aspek Orang Lain)*

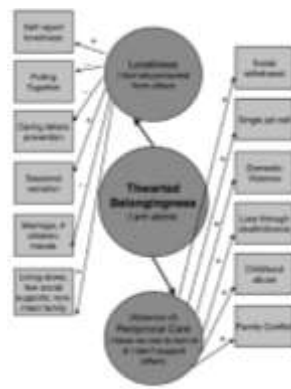
Dimensi ini menggambarkan persepsi orang lain mengenai seseorang yang melakukan tindakan bunuh diri dan mengacu pada tindakan balas dendam (Adeyemo et al., 2023).

Berdasarkan *the interpersonal theory of suicide* yang dikembangkan oleh Van orden et al bahwa terdapat beberapa dimensi *suicidal ideation* di antaranya.

1. *Thwarted Belongingness (Rasa Memiliki yang Digagalkan)*

Gambar 2. 2

Dimensi *Suicidal Ideation: Thwarted Belongingness*



Sumber : (Chu et al., 2017).

Thwarted belongingness atau kegagalan dalam merasa memiliki, merasa terasing dan sendirian yang dipengaruhi oleh faktor interpersonal dan intrapersonal. Rasa memiliki merupakan kebutuhan psikologis manusia yang harus dipenuhi. Jika kebutuhan ini tidak terpenuhi maka akan terjadi kegagalan, memunculkan perasaan menjadi beban bagi orang lain, dan mengembangkan keinginan untuk mengakhiri hidup. Aspek keterhubungan sosial seperti kesepian, kurangnya integrasi sosial, *psychach-psychological*

berisiko memiliki ide bunuh diri aktif (Chu, Buchman-Schmitt, & Stanley, 2017).

3. *Suicidal Intent* (Niat Bunuh Diri)

Niat bunuh diri merupakan tahapan individu sudah mulai berpikir dan merencanakan cara untuk mencederai diri hingga mengakhiri hidupnya. Niat untuk bunuh diri dapat muncul jika individu terbiasa dengan rasa takut dalam terluka dan kematian (Chu, Buchman-Schmitt, & Stanley, 2017).

4. *Lethal (and Near Lethal) Suicide Attempts* (Tindakan Bunuh Diri)

Tindakan bunuh diri ini dapat menyebabkan seseorang mengalami kematian atau hampir mengalami kematian. Seseorang dapat memasuki tahap ini ketika tidak merasa takut akan kematian dan peningkatan toleransi nyeri sehingga memiliki keberanian untuk mengakhiri hidupnya (Chu, Buchman-Schmitt, & Stanley, 2017).

2.7.5 Faktor yang Mempengaruhi *Suicidal Ideation*

Faktor yang mempengaruhi *suicidal ideation* di antaranya faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi faktor biologis, gangguan jiwa, dan psikologis. Faktor eksternal meliputi trauma masa lalu, peristiwa kehidupan yang negatif, faktor keluarga, faktor lingkungan sosial, dan faktor budaya (Guo & Zhu, 2019).

Berdasarkan *The Interpersonal Theory of Suicide* yang dikembangkan oleh Van Orden et al (dalam Chu et al., 2017) mengungkapkan beberapa faktor yang mempengaruhi *suicidal ideation* di antaranya.

1. Fungsi Keluarga atau Konflik Keluarga

Ketidakberfungsian keluarga dalam melakukan peran dan tanggung jawab terhadap anggota keluarga, konflik keluarga seperti perselisihan, kekerasan dalam rumah tangga, tekanan keluarga, dan persepsi anggota keluarga bahwa dirinya membebani keluarga dapat meningkatkan pemikiran seseorang untuk melakukan bunuh diri (Chu, Buchman-Schmitt, & Stanley, 2017).

2. Gangguan Kesehatan Mental

95% penderita gangguan mental seperti depresi, *borderline personality disorder*, skizofrenia, dan bipolar memiliki risiko lebih tinggi untuk perilaku bunuh diri (Chu et al., 2017).

3. Pengalaman Bunuh Diri Sebelumnya

Individu yang memiliki riwayat upaya bunuh diri sebelumnya memiliki peran yang kuat dalam munculnya ide hingga perilaku bunuh diri berulang di masa depan (Chu, Buchman-Schmitt, & Stanley, 2017).

4. Gangguan Fisik

Gangguan fisik atau penyakit kronis yang dimiliki suatu individu, seperti HIV-AIDS dan kanker lebih berisiko tinggi meningkatkan pemikiran ide bunuh diri yang disebabkan oleh nyeri yang dirasakan, merasa menjadi beban, dan persepsi diri mengenai penyakit yang dialami (Chu, Buchman-Schmitt, & Stanley, 2017).

5. Isolasi Sosial

Individu yang memiliki perilaku isolasi sosial, termasuk kesepian, penarikan sosial, hidup sendiri, sedikit dukungan sosial, hidup dalam keluarga yang tidak utuh, kehilangan pasangan hidup, dan tinggal dalam sel penjara memiliki risiko perilaku bunuh diri terkuat dibandingkan faktor yang mempengaruhi lainnya (Chu, Buchman-Schmitt, & Stanley, 2017).

6. Pendapatan

Pendapatan yang rendah, kehilangan pekerjaan, resesi ekonomi atau pengangguran menyebabkan individu merasa tidak berguna di dalam lingkungannya sehingga dapat meningkatkan risiko ide hingga perilaku bunuh diri pada seseorang (Chu, Buchman-Schmitt, & Stanley, 2017).

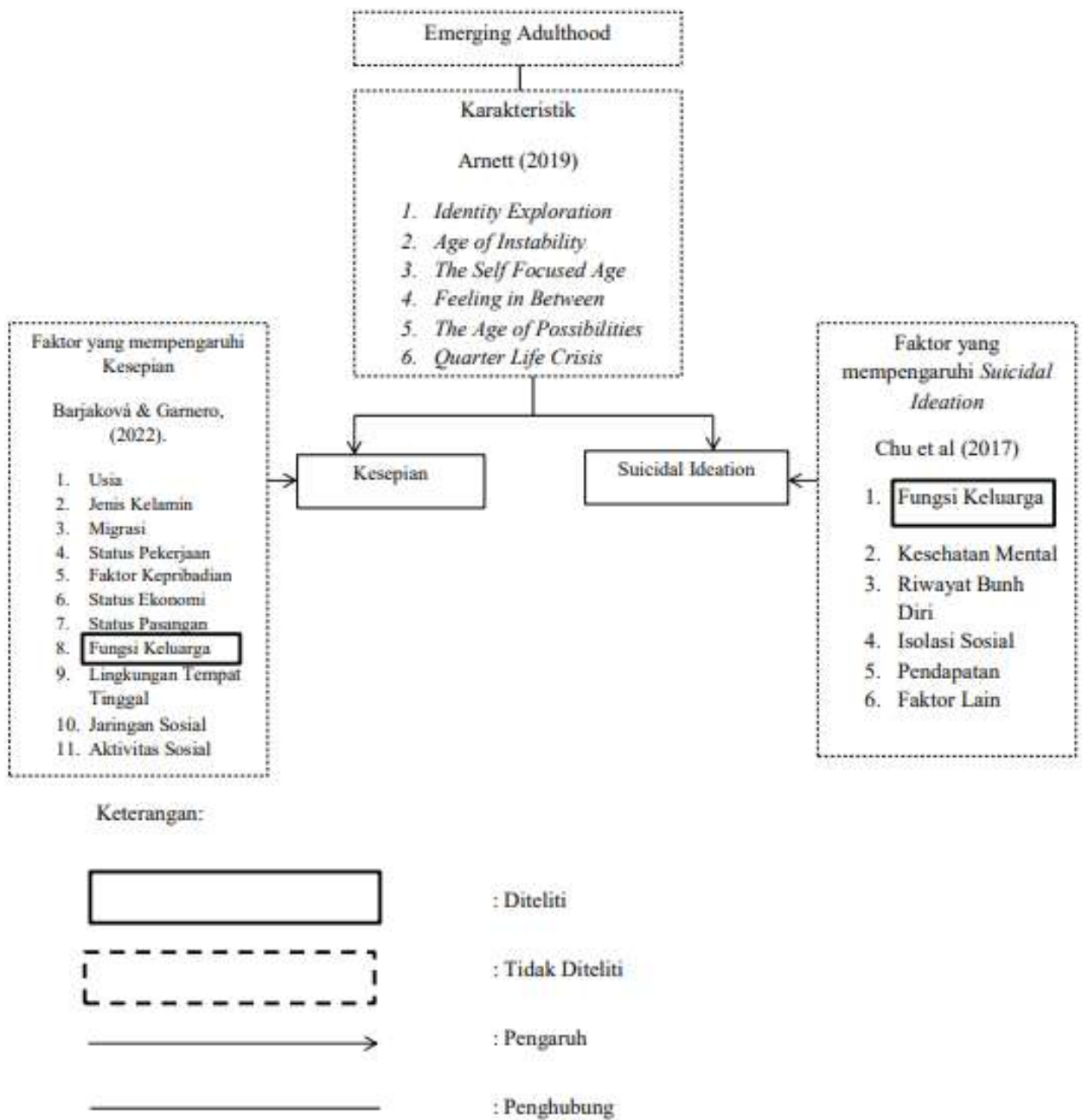
7. Faktor Lainnya

Agitasi, pelecehan masa kanak-kanak, riwayat peperangan, tunawisma, riwayat penahanan di sel dapat meningkatkan ide hingga perilaku bunuh diri (Chu, Buchman-Schmitt, & Stanley, 2017).

2.8 Kerangka Konseptual

Gambar 2. 5

Kerangka Konseptual



Sumber: Arnett (2019); Barjaková & Garnero (2022); Chu et al (2017)