

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Diri

1. Definisi Konsep Diri

Konsep diri didefinisikan sebagai semua pikiran, keyakinan, dan kepercayaan yang merupakan pengetahuan individu tentang dirinya yang mempengaruhi hubungannya dengan orang lain. Konsep diri tidak terbentuk waktu lahir, tetapi dipelajari sebagai hasil pengalaman unik seseorang dalam dirinya sendiri dengan orang lain terdekat, dan realitas dunia (Stuart, 2006).

Konsep diri adalah semua ide, pikiran kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain. Ide-ide, pikiran, perasaan dan keyakinan ini merupakan persepsi yang bersagkutan tentang karakteristik dan kemampuan interaksi dengan orang lain dan lingkungan, nilai yang dikaitkan dengan pengalaman dan obyek sekitarnya serta tujuan dan idealismenya (Suliswati, 2005).

Menurut Keliat (dalam pratiwi, 2014), individu dengan konsep diri yang positif dapat berfungsi lebih positif yang terlihat dari kemampuan interpersonal, kemampuan intelektual, dan kemampuan interpersonal. Sedangkan konsep diri yang negatif dapat dilihat dari hubungan individu dan sosial yang maladaptif.

Menurut Taylor (2003), konsep diri memberikan kita kerangka acuan yang mempengaruhi manajemen kita terhadap situasi dan hubungan kita dengan orang lain. Ketidaksesuaian antara aspek tertentu dari kepribadian dan konsep diri dapat menjadi sumber stress dan konflik.

2. Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

a. Faktor Predisposisi

Berbagai faktor menunjang terjadinya perubahan konsep diri seseorang. Faktor ini dapat dibagi sebagai berikut:

- 1) Faktor yang mempengaruhi harga diri meliputi penolakan orang tua, harapan orang tua yang tidak realistis, kegagalan yang berulang, kurang mempunyai tanggung jawab personal, ketergantungan pada orang lain dan ideal diri yang tidak realistis.
- 2) Faktor yang mempengaruhi performa peran adalah stereotip peran ganda, tuntutan peran kerja, dan harapan peran budaya.
- 3) Faktor yang mempengaruhi identitas pribadi meliputi ketidakpercayaan orang tua, tekanan dari kelompok sebaya, dan perubahan struktur sosial.

b. Stresor Pencetus

Stresor pencetus dapat berasal dari sumber internal atau eksternal yaitu:

- 1) Trauma seperti penganiayaan seksual dan psikologis atau menyaksikan peristiwa yang mengancam kehidupan.
- 2) Ketegangan peran berhubungan dengan peran atau posisi yang diharapkan dan individu yang mengalaminya sebagai frustrasi. Ada 3 jenis transisi peran:
 - a) Transisi perkembangan adalah perubahan nirmative yang berkaitan dengan pertumbuhan. Perubahan ini termasuk tahap perkembangan dalam kehidupan individu atau keluarga dan norma-norma budaya, nilai-nilai, serta tekanan untuk menyesuaikan diri.
 - b) Transisi peran situasi terjadi dengan bertambah atau berkurangnya anggota keluarga melalui kelahiran atau kematian.
 - c) Transisi peran sehat-sakit akibat pergeseran dari keadaan sehat ke keadaan sakit. Transisi ini dapat dicetuskan oleh:
 - 1) Kehilangan bagian tubuh
 - 2) Perubahan ukuran, bentuk, penampilan, atau fungsi tubuh.

- 3) Perubahan fisik yang berhubungan dengan tumbuh normal.
 - 4) Prosedru medis dan keperawatan.
- (Stuart, dalam Liistyowati, 2012).

3. Komponen Konsep Diri

Komponen konsep diri terdiri dari citra tubuh (*body image*), ideal diri (*self-ideal*), harga diri (*self-esteem*), peran (*self-role*), dan identitas diri (*selfidentity*).

a. Citra Tubuh (*Body Image*)

Citra tubuh adalah sikap individu terhadap diri sendiri baik disadari atau tidak disadari meliputi persepsi masa lalu atau sekarang mengenai ukuran dan bentuk, fungsi, penampilan dan potensi tubuh. Citra tubuh sangat dinamis karena secara konstan berubah seiring dengan persepsi dan pengalaman-pengalaman baru. Citra tubuh harus realistis karena semakin dapat menerima dan menyukai tubuhnya (bentuk tubuh, TB dan BB serta tanda-tanda pertumbuhan kelamin sekunder seperti *mammae*, menstruasi, perubahan suara, pertumbuhan bulu) sehingga individu akan lebih bebas dan merasa aman dari kecemasan. Individu yang menerima tubuhnya apa adanya biasanya memiliki harga diri tinggi dari pada individu yang tidak menyukai tubuhnya (Sunaryo, 2004). Cara individu memandang diri mempunyai dampak yang penting pada

aspek psikologisnya. Individu yang stabil, realistis dan konsisten terhadap citra tubuhnya akan memperlihatkan kemampuan yang baik dan realistis sehingga akan memacu sukses dalam kehidupan (Suliswati, 2005).

b. Identitas Diri (*Selfidentity*)

Identitas adalah kesadaran akan diri sendiri bersumber dari observasi dan penilaian, yang merupakan sintesa dari semua aspek konsep diri sebagai suatu kesatuan yang utuh Murwani (dalam Pratiwi, 2014). Individu yang memiliki perasaan identitas diri yang kuat akan memandang dirinya.

Kepribadian yang sehat menurut Stuart & Sundeen (2006), diantaranya yaitu identitas jelas, individu merasakan keunikan dirinya, yang memberi arah kehidupan dalam mencapai tujuan. Jadi identitas personal adalah pengorganisasian prinsip dari kepribadian yang bertanggungjawab atas kesatuan, kesinambungan, konsistensi dan keunikan individu. Muwarni (dalam Pratiwi, 2014).

Ciri individu dengan identitas diri yang positif:

- 1) Mengetahui diri sebagai organisme yang utuh.
- 2) Mengakui jenis kelaminnya sendiri.
- 3) Memandang berbagai aspek dalam dirinya sebagai suatu keselarasan.
- 4) Menilai diri sendiri sesuai dengan penilaian masyarakat.

- 5) Menyadari hubungan masa lalu, sekarang dan yang akan datang.
- 6) Mempunyai tujuan yang bernilai yang dapat/direalisasikan.

Ciri individu dengan identitas diri yang negatif:

- 1) Tidak ada percaya diri.
- 2) Sukar mengambil keputusan.
- 3) Ketergantungan.
- 4) Masalah dalam hubungan interpersonal.
- 5) Ragu/tidak yakin terhadap keinginan.
- 6) Menyalahkan orang lain. (Suliswati, 2005).

c. Peran Diri (*Self-Role*)

Peran adalah serangkaian perilaku yang diharapkan secara sosial yang berhubungan dengan fungsi individu pada berbagai kelompok sosial, tiap individu mempunyai berbagai peran yang terintegrasi dalam pola fungsi individu (Dalami dalam arika, 2008).

Menurut Murwaani (dalam Pratiwi, 2014) peran adalah pola sikap, perilaku, nilai dan tujuan yang diharapkan dari seseorang berdasarkan posisinya dimasyarakat. Peran adalah serangkaian harapan tentang bagaimana seseorang bersikap/berperilaku sesuai dengan posisinya Perry & Potter (2005). Peran diri adalah pola perilaku, sikap, nilai, dan aspirasi yang diharapkan individu berdasarkan posisinya dimasyarakat. Setiap individu disibukkan

oleh berbagai macam peran yang terkait dengan posisinya. Sunaryo (2004) hal-hal penting terkait dengan peran diri, yaitu:

- 1) Peran dibutuhkan individu aktualisasi diri.
- 2) Peran yang memenuhi kebutuhan dan sesuai ideal diri, menghasilkan harga diri yang tinggi atau sebaliknya.
- 3) Posisi individu dimasyarakat dapat menjadi stressor terhadap peran.
- 4) Stress peran timbul karena struktur sosial yang menimbulkan kesukaran atau tuntutan posisi yang tidak mungkin dilaksanakan.
- 5) Stress peran, terdiri dari konflik peran, peran yang tidak jelas, peran yang tidak sesuai, peran yang terlalu banyak dan berlebih.

Individu yang mempunyai kepribadian yang sehat akan dapat berhubungan dengan orang lain secara intim dan mendapat kepuasan. Ia dapat mempercayai dan terbuka pada orang lain dan membina hubungan interdependen. Muwarni (dalam Pratiwi, 2014) juga berpendapat lagi bahwa beberapa peran negatif dari seseorang dapat dinilai sebagai berikut:

- 1) Mengingkari ketidakmampuan menjalankan peran.
- 2) Ketidakpuasan peran.
- 3) Kegagalan menjalankan peran yang baru.
- 4) Ketegangan menjalankan peran baru.

- 5) Kurang tanggungjawab.
- 6) Apatis/bosan/jenuh dan putus asa.

d. Ideal Diri (*Self-Ideal*)

Ideal diri adalah persepsi individu tentang bagaimana dia harus berperilaku berdasarkan standar tujuan, keinginan atau nilai pribadi tertentu. Sering disebut bahwa ideal diri sama dengan cita-cita, keinginan, harapan tentang diri sendiri (Dalami dkk, 2009).

Pembentukan penyesuaian diri dimulai pada masa kanak-kanak dipengaruhi oleh orang yang penting pada dirinya yang memberikan harapan atau tuntutan tertentu. Seiring dengan berjalannya waktu, individu menginternalisasikan harapan tersebut dan akan membentuk dasar dari ideal diri. Pada usia remaja, ideal diri akan terbentuk melalui proses identifikasi pada orang tua, guru dan teman. Pada usia yang lebih tua dilakukan penyesuaian yang merefleksikan berkurangnya kekuatan fisik dan perubahan peran serta tanggung jawab.

Faktor-faktor yang mempengaruhi idela diri:

- 1) Menetapkan ideal diri sebagai batas kemampuan.
- 2) Faktor kultur dibandingkan dengan standar orang lain.
- 3) Hasrat melebihi orang lain.
- 4) Hasrat untuk berhasil.
- 5) Hasrat untuk memenuhi kebutuhan realistik hasrat menghindari kegagalan.

6) Adanya perasaan cemas dan rendah diri.

e. Harga Diri (*Self-Esteem*)

Harga diri adalah penilaian pribadi terhadap hasil yang dicapai dengan menganalisis seberapa banyak kesesuaian tingkah laku dengan ideal dirinya. Harga diri diperoleh dari diri sendiri dan orang lain yang dicintai, dihormati, dan dihargai. Individu akan merasa harga dirinya rendah bila sering mengalami kegagalan, tidak dicintai atau tidak diterima dilingkungan (Suliswati, 2005).

Harga diri dibentuk sejak kecil dari adanya penerimaan dan perhatian. harga diri akan meningkat sesuai meningkatnya sesuai usia. Untuk meningkatkan harga diri anak diberi kesempatan untuk sukses, tanamkan “ideal” atau harapan jangan terlalu tinggi dan sesuaikan dengan budaya, berikan dorongan untuk aspirasi atau cita-citanya dan bantu membentuk pertahanan diri untuk hal-hal yang mengganggu persepsinya.

Harga diri sangat beragam pada masa pubertas, karena pada saat ini harga diri mengalami perubahan karena banyak keputusan yang harus dibuat menyangkut dirinya sendiri. Remaja dituntut untuk menentukan pilihan, posisi peran dan memutuskan apakah ia mampu meraih sukses dari suatu bidang tertentu, apakah dia dapat berpartisipasi atau diterima diberbagai macam aktivitas sosial (Suliswati, 2005).

Menurut Clemes & Bean (2001) karakteristik harga diri yang positif dan negatif adalah sebagai berikut:

- 1) Karakteristik individu dengan harga diri positif: bertindak mandiri, menerima tanggungjawab, merasa bangga atas prestasinya, mendekati tantangan dengan penuh antusias, menunjukkan sederet perasaan dan emosi yang luas, serta mampu mempengaruhi orang lain.
- 2) Karakteristik individu dengan harga diri negatif: ditunjukkan oleh gejala seperti tidak mampu menghargai diri sendiri, memiliki rasa malu, merasa tersisih, sensitive terhadap kritik, kurang percaya diri, dan mudah frustrasi.

Berdasarkan kajian diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik individu dengan harga diri positif antara lain: mandiri, percaya diri, kreatif, mempunyai kepribadian yang stabil, tingkat depresi yang rendah, dan mampu menunjukkan perasaan yang asertif. Karakteristik individu dengan harga diri negatif yaitu tidak mampu menghargai diri sendiri, memiliki rasa malu, merasa tersisih, sensitif terhadap kritik, kurang percaya diri, merasa tidak berdaya, menunjukkan emosi dan perasaan yang sempit, dan memandang diri sendiri negatif.

4. Karakteristik Konsep Diri yang Positif

a. Citra diri positif dan akurat

Kesadaran akan diri berdasar atas observasi mandiri dan perhatian yang sesuai akan kesehatan diri termasuk persepsi saat ini dan yang lalu akan diri dan perasaan tentang ukuran, fungsi, penampilan dan potensi tubuh.

b. Ideal diri realistik

Individu yang memiliki ideal diri realistik akan mempunyai tujuan hidup yang dapat dicapai.

c. Harga diri tinggi

Individu yang mempunyai harga diri tinggi akan memandang dirinya sebagai seorang yang berarti dan bermanfaat.

d. Penampilan peran memuaskan

Individu dengan penampilan peran mendapat berhubungan dengan orang lain dan memiliki keterbukaan pada orang lain dalam membina hubungan interdependent.

e. Identitas jelas

Individu merasakan keunikan dirinya yang memberi arah kehidupan dalam mencapai tujuan.

5. Karakteristik Konsep Diri yang Negatif

- a. Konsep diri negatif membuat kita cenderung memusatkan perhatian pada yang negatif-negatif dalam diri kita. Seseorang biasanya akan berpikir tentang diri sendiri terutama dari segi negatif, dan sulit menemukan hal-hal yang pantas dihargai dalam diri mereka. Mereka cenderung terlalu menjadi kritis terhadap diri sendiri, mudah mengecam dan menyalahkan diri sendiri karena merasa kurang cakap atau bakat.
- b. Konsep diri yang negatif mendorong kita untuk membuat perbandingan negatif dengan orang lain.
- c. Konsep diri negatif menciptakan ingatan yang pilih-pilih, selektif, yang meneguhkan perasaan diri tak berharga. Misalnya orang yang dipenuhi dengan ingatan-ingatan pahit, bila kita sedang dilanda rasa rendah diri (*down*) kita kerap teringat dan suka mengenang pengalaman-pengalaman masa lampau yang menambah rasa tidak puas terhadap diri kita. Konsep diri yang negatif cenderung membawa kita kedalam kegagalan.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur konsep diri menggunakan kuesioner yang terdiri dari 5 sub yaitu: citra tubuh, ideal diri, identitas, harga diri, dan peran diri yang terdiri 25 pernyataan.

B. Kesepian

1. Definisi Kesepian

Menurut Archibald (2005) berpendapat bahwa kesepian (*loneliness*) adalah suatu reaksi emosional kognitif terhadap dimilikinya hubungan yang lebih sedikit dan lebih tidak memuaskan daripada yang diinginkan oleh orang tersebut. Individu yang tidak menginginkan teman bukanlah orang yang kesepian, melainkan seseorang yang menginginkan teman dan tidak memilikinyalah orang yang kesepian. Berbeda dengan pendapat Peplau & Perlman (Baron, 2005) yang memandang kesepian adalah perasaan yang tidak menyenangkan dengan merangsang kecemasan subjektif, sehingga pengalaman yang dirasakan adalah hasil dari hubungan sosial yang tidak memadai.

Kesepian adalah dengan merasa terasing dari sebuah kelompok, tidak dicintai oleh sekeliling, tidak mampuu untuk berbagi kekhawatiran pribadi, berbeda dan terpisah dari mereka yang ada disekitar anda (Beck & dkk dalam David G. Myers, 2012).

Kesepian merupakan kondisi dimana orang merasa tersisih dari kelompoknya, tidak diakui eksistensinya, tidak diperhatikan oleh orang-orang sekitarnya, tidak ada tempat berbagi rasa, terisolasi dari lingkungan sehingga menimbulkan rasa sunyi, sepi, pedih dn tertekan (Hanum, 2008).

Kesepian juga didefinisikan sebagai perasaan kehilangan dan ketidakpuasan yang dihasilkan oleh ketidaksesuaian antara jenis

hubungan sosial yang kita inginkan dan jenis hubungan sosial yang kita miliki. Orang yang kesepian cenderung untuk menjadi tidak bahagia dan tidak puas dengan diri sendiri, tidak mau mendengar keterbukaan intim dengan orang lain dan cenderung membuka diri mereka baik terlalu sedikit atau terlalu banyak, merasa kesia-siaan (*hopelessness*), dan merasa putus asa (Basuki, 2015).

Kesepian tampaknya fenomena yang umum diseluruh dunia, suatu investigasi dari mahasiswa Belanda menunjukkan bahwa kurangnya timbal balik dalam hubungan menyebabkan kesepian, terutama pada orang-orang yang mempresepsikan bahwa mereka memberi lebih daripada yang mereka terima. Individu yang kesepian merasa disingkirkan dan percaya bahwa mereka hanya memiliki sedikit kesamaan dengan dengan orang-orang yang mereka temui. Kesepian disertai dengan efek negatif, termasuk perasaan depresi, ketidakbahagiaan, dan ketidakpuasan yang disosialisasikan dengan pesimisme, *self-blame* dan rasa malu. Individu yang kesepian dipersepsikan sebagai tidak menyesuaikan diri oleh orang yang mengenal mereka.

2. Faktor-faktor yang Menyebabkan Kesepian

Faktor yang mempengaruhi kesepian (Turnip, 2005) adalah sebagai berikut :

a. Faktor-faktor psikologis

- 1) Keterbatasan hubungan kesepian ini disebabkan oleh kenyataan adanya keterbatasan keberadaan manusia yang disebabkan oleh berpisahannya seseorang dengan orang lain sehingga tidaklah mungkin baginya untuk berbagi perasaan dan pengalaman dengan orang lain.
- 2) Pengalaman traumatis hilangnya orang lain secara tiba-tiba, hilangnya seseorang sangat dekat dengan individu secara tiba-tiba tanpa bisa dihindari seringkali dianggap sebagai penyebab kesepian.
- 3) Kurang dukungan dari lingkungan, apabila seseorang merasa tidak sesuai dengan lingkungannya, sehingga mendapat penolakan dan kurang mendapat dukungan dari lingkungannya.
- 4) Adanya masalah krisis dalam diri seseorang dan kegaagalan, bila seseorang merasa harga dirinya tergantung, mengalami kegagalan, dan tidak dapat memenuhi harapannya.
- 5) Kurangnya rasa percaya diri, individu merasa bahwa lingkungan sekitarnya kurang melibatkan dirinya, sehingga merasa hanya dapat berhubungan sosial secara formalitas saja.
- 6) Kepribadian yang tidak sesuai dengan lingkungan, orang-orang yang tidak menyenangkan seperti pemaarah, terlalu patuh dan tidak mempunyai kemampuan bersosialisasikan dihindari dari lingkungannya, sehingga cenderung mengalami kesepian.

7) Ketakutan menanggung resiko sosial individu yang takut menanggung resiko seperti takut ditolak oleh orang lain.

b. Faktor-faktor sosiologis

1) Sulit memahami nilai-nilai yang berlaku pada lingkungan masyarakat, timbulnya sistem nilai baru yang dikembangkan dimasyarakat, seperti privacy, mobilitas dan kesuksesan dapat menyebabkan seseorang merasa kesepian.

2) Sulit berinteraksi dengan lingkungan, rutinitas kehidupan diluar rumah, seperti sekolah, kuliah, bekerja dan sebagainya menyebabkan seseorang merasa kesepian karena kurang adanya kehangatan dengan orang tertentu.

3) Sulit berinteraksi dengan keluarga disebabkan oleh masalah waktu, hal ini berkaitan dengan kesibukan dari masing-masing anggota keluarga, sehingga waktu berkumpul bagi anggota keluarga dirasakan menjadi berkurang.

4) Sulit memahami perubahan pola-pola dalam keluarga, kehadiran orang lain akan menyebabkan terganggunya hubungan dengan anggota keluarga lain. Perceraian yang terjadi dalam keluarga juga menyebabkan terganggunya hubungan dalam keluarga.

5) Sulit beradaptasi, sering pindah rumah dari suatu tempat ketempat lain akan menyebabkan seseorang merasa berbeda dengan lingkungan memiliki hubungan yang dangkal dengan

orang sekitar sehingga tidak dapat menjalin hubungan yang akrab dengan lingkungan.

- 6) Keterasingan, semakin besarnya populasi atau terlalu banyak orang disekeliling, akan menambah perasaan terisolasi karean bagi individu sulit untuk mengenal satu sama lain.

Secara umum, beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya perasaan kesepian pada remaja (Rice, 2008), yaitu:

- a) Berpisah dan pengasingan dari orang tua
- b) Keluarga yang pecah atau tidak rukun
- c) Kemampuan kognitif yang mengarah kepada perasaan gagal dan pendekatan
- d) Pencarian identitas
- e) Perjuangan untuk mencapai tujuan bermakna
- f) Status kecil dalam masyarakat
- g) Individualisme yang kompetitif dan mengarah kepada perasaan gagal dan penolakan
- h) Harapan berlebihan akan popularitas
- i) Harga diri yang rendah, pesimistis yang kuat yang berkaitan dengan disukai/diterima atau tidak oleh orang lain
- j) Aspirasi pendidikan dan pekerjaan yang rendah, apatis dan tidak bertujuan, lingkaran kegagalan, dan meanarik diri
- k) Sifat pemalu

3. Jenis Kesepian

Perasaan kesepian dalam dua jenis yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Dalam kesepian emosional, seseorang merasa tidak memiliki kedekatan dan perhatian dalam berhubungan sosial, merasa tidak ada satu orang pun yang peduli terhadapnya, sedangkan kesepian sosial muncul dari kurangnya jaringan sosial dan ikatan dalam suatu jaringan sosial (Sharma, 2002).

Perasaan kesepian menurut (Sears, 2004), dapat dibedakan kedalam 2 tipe, yaitu:

1. Kesepian emosional (*Emotional Loneliness*)

Kesepian ini terjadi karena tidak adanya figur kelekatan dalam hubungan intim, seperti anak yang tidak ada orang tuanya atau orang dewasa yang tidak memiliki pasangan atau teman dekat. Menurut Gierveld & Van Tilbrg (2006) kesepian emosional adalah kurangnya kedekatan emosional dengan seseorang sehingga tidak dapat bergantung kepada siapapun, tidak adanya hubungan intim atau keterkaitan emosional dapat terjadi karena tidak adanya hubungan dekat dengan orang lain, kurang adanya perhatian satu sama lain. Jika individu merasakan hal ini, meskipun dia berinteraksi dengan orang banyak dia akan tetap merasa kesepian.

1. Kesepian Situasional (*Situational Loneliness*)

Kesepian ini terjadi ketika seseorang kehilangan interaksi sosial atau komunitas yang didalamnya terdapat hubungan sosial.

Kesepian ini disebabkan karena ketidakhadiran orang lain, sehingga tidak terjadi interaksi antara satu sama lain dan menyebabkan kesepian/kesunyian pada orang tersebut.

4. Ciri-ciri Umum Orang Kesepian

Nowan (2008) menyebutkan bahwa orang yang kesepian ada masalah dalam memandang eksistensi dirinya (merasa tidak berguna, merasa gagal, merasa terpuruk, merasa tidak ada yang peduli, dan perasaan negatif).

Orang yang kesepian cenderung untuk tidak bahagia dan tidak puas mau mendengar keterbukaan intim dari orang lain dan cenderung membuka diri mereka baik terlalu sedikit atau terlalu banyak, merasa tersia-siakan (Baron & Bryne, 2005).

5. Reaksi Terhadap Kesepian

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh Shaver & Rubeinsentein (2002) disimpulkan beberapa reaksi terhadap kesepian, yaitu:

a. Melalui kegiatan aktif

Reaksi terhadap *lonelinnes* berupa kegiatan-kegiatan aktif dan membangun terhadap diri sendiri seperti: belajar atau bekerja, menulis, mendengarkan musik, melakukan olahraga,

melakukan hobi browsing, pergi ke bioskop, membaca atau memainkan alat musik.

b. Membuat kontak sosial

Reaksi terhadap *loneliness* berupa kontak sosial dengan orang lain seperti: menelfon teman, mengunjungi seseorang, *chatting*, dan lain-lain.

c. Melakukan kegiatan pasif

Reaksi terhadap *loneliness* yang sifatnya seperti: menangis, tidur, duduk dan berpikir, tidak melakukan apapun, makan berlebih, memakan obat penenang, menonton televisi, dan mabuk.

d. Kegiatan selingan yang kurang membangun

Reaksi terhadap *loneliness* berupa menghabiskan uang, mencari materi porno, belanja dan lain-lain.

6. Dampak dari Kesepian

Dampak dari kesepian menurut Robinson (2004) yaitu:

- a. Mengalami rendah diri
- b. Menyalahkan diri sendiri
- c. Tidak ingin berusaha untuk terlibat pada kegiatan sosial
- d. Mempunyai kesulitan untuk memperlihatkan diri dalam berlainan dan takut untuk berkata ya atau tidak untuk hal yang tidak sesuai.

- e. Mempunyai persepsi negatif tentang diri sendiri
- f. Takut bertemu orang lain dan menghindari situasi baru
- g. Merasakan terasingkan, kesendirian dan perasaan tidak bahagia terhadap lingkungan sekitar.
- h. Seseorang yang kesepian cenderung menyalahkan diri sendiri atas kekurangan mereka.

Untuk kuesioner kesepian menggunakan UCLA *Loneliness Scale* version 3 yang sudah diterjemahkan kedalam bahasa Indonesia dengan jumlah 20 pernyataan. Dengan 9 pernyataan *unfavorabel* dan 11 pernyataan *favorabel*.

C. Remaja

1. Definisi Remaja

Remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Didalam masa perkembangan remaja ini merupakan periode yang penting karena akan berpengaruh langsung terhadap sikap dan perilaku. Masa remaja adalah masa *the best time and the worst time* (Hurlock, 2003).

Santrock (2007) remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antar masa anak dan dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional. Ia melanjutkan masa remaja awal kira-kira sama dengan masa sekolah menengah pertama dan mencakup kebanyakan perubahan pubertas. Papalia (2008) menyatakan

bahwa masa remaja dimulai pada usia 11 atau 12 tahun sampai masa remaja akhir atau awal usia 20, dan masa tersebut membawa perubahan besar saling bertautan dengan semua ranah perkembangan.

Sarlito (2002) mendefinisikan remaja sebagai masa peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa dengan berbagai perubahan perilaku yang ditunjukkan seperti susah diatur, mudah terangsang perasaannya, dan sebagainya. Masa remaja berlangsung antara usia 12-21 tahun dan terbagi menjadi masa remaja awal usia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan usia 15-18 tahun, dan masa remaja akhir usia 18-21 tahun.

1. Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Sa'id (2005) dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada 3 tahap perkembangan remaja antara lain:

a. Remaja Awal (*early adolescence*)

Tingkatan usia remaja yang pertama adalah remaja awal. Pada tahap ini, remaja berada pada rentang usia 12-15 tahun. Umumnya remaja tengah berada di masa sekolah menengah pertama (SMP). Keistimewaan yang terjadi pada fase ini adalah remaja tengah berubah fisiknya dalam kurun waktu yang singkat. Remaja juga mulai tertarik kepada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis.

b. Remaja Pertengahan (*middle adolescence*)

Tingkatan usia remaja selanjutnya yaitu remaja pertengahan, atau ada pula yang menyebutnya dengan remaja muda. Pada tahap ini, remaja yang berada pada rentang usia 15-18 tahun. Umumnya remaja tengah berada pada masa sekolah menengah atas (SMA). Keistimewaan dari fase ini adalah mulai sempurnanya perubahan fisik remaja, sehingga fisiknya sudah menyerupai orang dewasa. Remaja yang masuk pada tahap ini sangat mementingkan kehadiran teman dan remaja akan senang jika banyak teman yang menyukainya.

c. Remaja Akhir (*late adolescence*)

Tingkatan usia terakhir pada remaja adalah remaja akhir. Pada tahap ini, remaja telah berusia sekitar 18-21 tahun. Remaja pada usia ini umumnya tengah berada pada usia pendidikan di perguruan tinggi, atau bagi remaja yang tidak melanjutkan ke perguruan tinggi, mereka bekerja dan mulai membantu menafkahi anggota keluarga. Keistimewaan pada fase ini adalah seorang remaja selain dari segi fisik sudah menjadi orang dewasa, dalam bersikap remaja juga sudah menganut nilai-nilai orang dewasa.

2. Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha

untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Hurlock (dalam Ali&Asrori, 2012) adalah berusaha:

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya.
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia deasa.
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Mencapai kemandirian ekonomi.
- f. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan.
- g. Untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
- h. Memahami perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- i. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan.
- j. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jaab kehidupan keluarga

Tugas-tugas perkembangan fase remaja ini amat berkaitan dengan perkembangan kognitifnya, yaitu fase operasional formal. Kematangan pencapaian fase kognitif akan sangat membantu kemampuan dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dengan baik.

D. Panti Asuhan

1. Definisi Panti Asuhan

Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia (2005), panti asuhan adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggungjawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak terlantar, serta melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar, memberikan pelayanan pengganti atau perwalian anak dan memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial pada anak asuh, sehingga memperoleh kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi perkembangan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagian dari generasi penerus cita-cita bangsa dan sebagai insan yang akan turut serta aktif dalam bidang pembangunan nasional.

Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia (2005), panti asuhan adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada anak-anak terlantar serta melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar yang memberikan pelayanan pengganti atau perwalian anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial pada anak asuh, sehingga memperoleh kesempatan yang luas, tepat dan memadai bagi perkembangan kepribadiannya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagian dari generasi penerus cita-cita bangsa dan sebagai insan yang akan turut

serta aktif dalam bidang pembangunan nasional. Dalam hal ini sasaran utama panti asuhan adalah anak yatim, piatu, yatim piatu dan anak terlantar usia 0-21 tahun.

2. Tujuan Panti Asuhan

Tujuan panti asuhan menurut Departemen Sosial Republik Indonesia (2005) ialah memberikan pelayanan berdasarkan profesi pekerja sosial kepada anak terlantar dengan cara membantu dan membimbing mereka kearah perkembangan pribadi yang wajar serta kemampuan ketrampilan kerja, sehingga mereka menjadi anggota masyarakat yang dapat hidup layak penuh tanggungjaab baik terhadap dirinya, keluarga dan masyarakat.

3. Sasaran Utama Panti Asuhan

Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia (2005) sasaran garapan panti asuhan meliputi:

- a. Anak yatim, piatu, yatim-piatu terutama usia 0 sampai 21 tahun.
- b. Anak terlantar adalah anak yang karena suatu sebab, anak yang orang tuanya melalaikan kewajibannya, sehingga kebutuhan anak tidak dapat terpenuhi dengan wajar baik secara rohani, jasmani maupun sosial yang harmonis.
- c. Anak yang tidak mampu adalah anak yang karena suatu sebab tidak dapat terpenuhinya kebutuhan-kebutuhannya baik secara

rohani, jasmani maupun sosial dengan wajar antara lain salah satu orangtua, dan atau keduanya sakit kronis, terpidana dan meninggal dunia, sehingga anak tidak ada yang merawat.

4. Jenis Penyelenggara Panti Asuhan

Menurut Departemen Sosial Republik Indonesia (2005) penyelenggara dalam panti asuhan terbagi dalam:

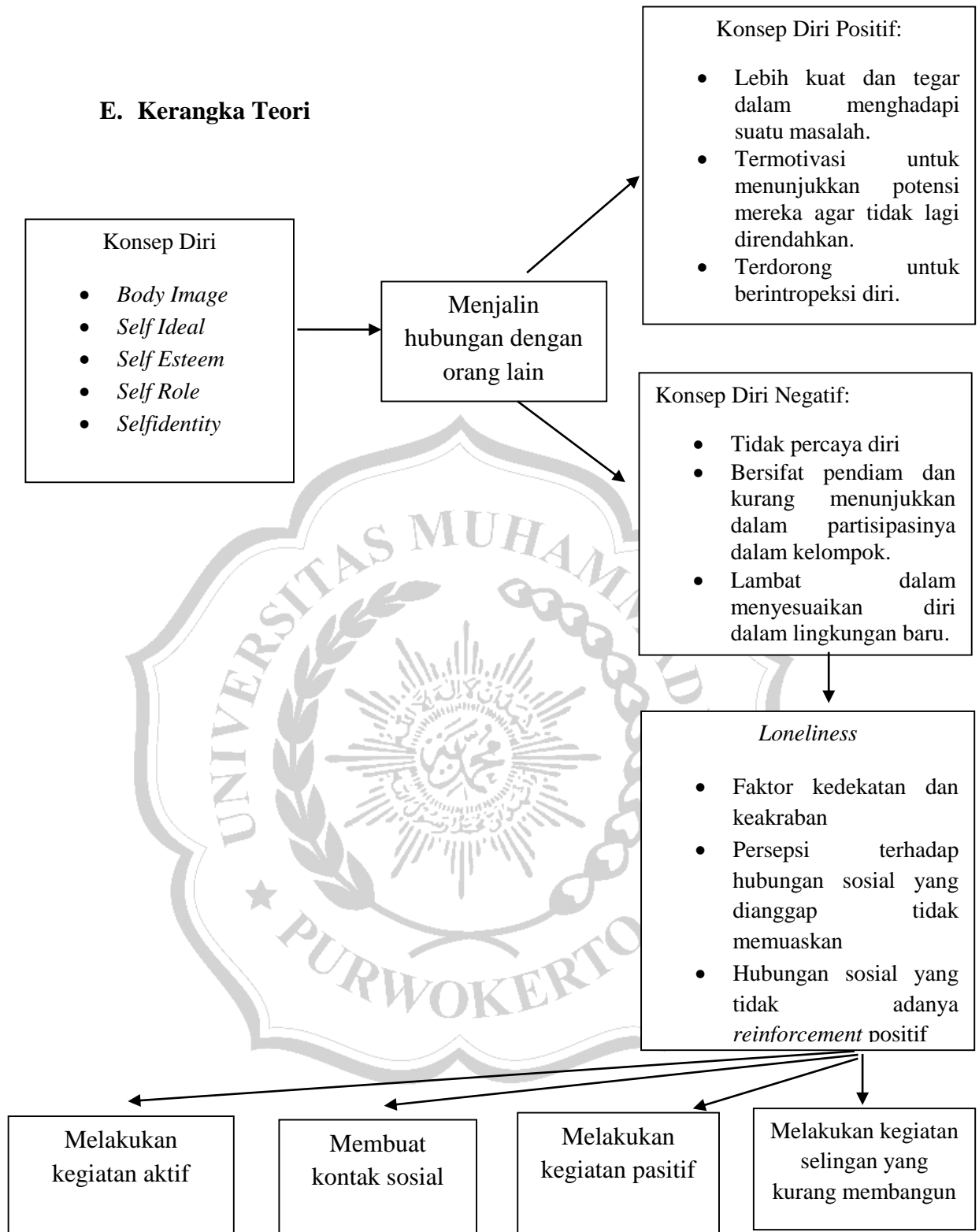
a. Penyelenggaraan panti asuhan oleh negara

Penyelenggaraan panti asuhan ini berdasarkan atas kesenjangan formal, terorganisasi dan seluruh aktifitas serta penyelenggaraanya ditanggung secara penuh oleh negara.

b. Penyelenggaraan panti asuhan oleh swasta

Penyelenggaraan panti asuhan oleh swasta dalam hal ini juga berdasarkan atas kesenjangan formal, terorganisasi tetapi seluruh aktifitas dan pengelolaannya ditanggung secara penuh oleh orang atau badan pemerintahan tertentu.

E. Kerangka Teori



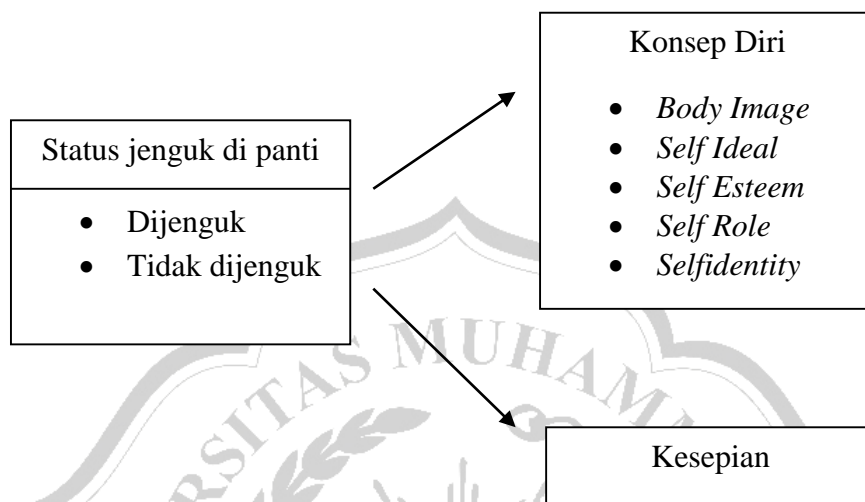
Gambar 2.1 : Kerangka Teori Penelitian

Milhi & Reasoner (2000), Shaver & Rubeinsentein (2002)

F. Kerangka Konsep

Kerangka konsep dalam, penelitian ini dapat peneliti paparkan dalam

Gambar 1.2 berikut:



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

G. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban atau dugaan sementara yang masih perlu dibuktikan kebenarannya. Hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut:

Ha : Ada perbedaan skor konsep diri pada remaja antara yang dijenguk dan tidak dijenguk yang tinggal di Panti Asuhan Purbalingga.

Ada perbedaan skor kesepian pada remaja antara yang dijenguk dan tidak dijenguk yang tinggal di Panti Asuhan Purbalingga.

Ho : Tidak ada perbedaan skor konsep diri pada remaja antara yang dijenguk dan tidak dijenguk yang tinggal di Panti Asuhan Purbalingga.

Tidak ada perbedaan skor kesepian pada remaja antara yang dijenguk dan tidak dijenguk yang tinggal di Panti Asuhan Purbalingga.