

BAB II

LANDASAN TEORI

Dalam bab ini peneliti akan memaparkan tentang kesepian, harga diri, dewasa awal, aplikasi Tantan, kesepian dalam perspektif islam, harga diri dalam perspektif islam, hubungan antara harga diri dengan kesepian, dan kerangka teoristik.

A. Kesepian

Dalam pembahasan ini peneliti menjabarkan tentang pengertian kesepian, tipe-tipe kesepian, penyebab kesepian, aspek-aspek kesepian, ciri-ciri kesepian, dimensi kesepian, dan faktor-faktor penyebab kesepian.

1. Pengertian Kesepian

Hampir setiap manusia, tak terkecuali dewasa awal pernah merasa kesepian. Banyak arti kesepian yang dikemukakan oleh beberapa ahli, yang saling mendukung antara yang satu dengan yang lain. Kesepian diartikan oleh Perlman dan Peplau sebagai tanda pemberitahuan bagi seseorang yang mempunyai kekurangan dalam hubungan sosial.¹ Dalam beberapa cara yang signifikan, kekurangan ini muncul karena kualitas atau jumlah individu yang rendah dalam melakukan hubungan secara sosial.²

Kesepian tampaknya sebagai respon dari ketidakcocokan suatu hubungan. Kesepian dapat diartikan suatu keadaan mental serta emosional yang terutama dapat dicirikan oleh adanya perasaan terasing serta kurangnya hubungan sosial

¹ Ajeng, T., “*Pengaruh Persepsi Penerimaan Teman Sebaya Terhadap Kesepian pada Remaja*”. Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi. Vol. 1. No. 1 2012. Hlm 129

² Sears, dkk. “*Psikolog Sosial (Terjemahan) Jilid 2 (edisi ke-5)*”. Jakarta: Erlangga 1999

yang ada. Seperti yang diindikasikan oleh Brehm dan Kassir kesepian adalah kecenderungan untuk tidak memiliki hubungan yang bersahabat yang disebabkan oleh kekecewaan terhadap hubungan sosial yang ada.³ Kesepian yang ditunjukkan oleh Feldman adalah ketidak berdayaan untuk menjaga tingkatan, kesepian menunjukkan keadaan mental dan emosional yang terutama dicirikan oleh adanya perasaan terasing dan kurangnya hubungan sosial yang ada.

Dapat disimpulkan kesepian merupakan perasaan emosi yang tidak bahagia ketika individu merasa tidak puas dengan kehidupan sosialnya sehingga menimbulkan perasaan terisolasi dan merasa tidak ada seorangpun yang dapat memahaminya dengan baik.

2. Tipe-tipe Kesepian

Weiss berpendapat bahwa ada dua komponen tipe kesepian yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial⁴ yaitu:

a. Kesepian emosional (*emotional loneliness*)

Merupakan kesepian yang diakibatkan tidak adanya suatu ikatan yang dekat ataupun intim dengan individu lain, sehingga tidak dapat bergantung kepada siapapun. Hubungan yang dimiliki mereka kurang puas atau merasa lingkungan sosial disekitarnya kurang memahaminya.

b. Kesepian sosial (*social loneliness*)

³ Adonai, F. A., "Pengaruh Kesepian terhadap Pasangan Hidup pada Dewasa Awal yang Masih Melajang". Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan. Vol. 02. No. 03, 2013. Hlm 163

⁴ Realita, K.P. R., "Hubungan antara Harga Diri dengan Kesepian Pada Mahasiswa Baru Angkatan 2013/2014". (Skripsi Psikologi, Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta) 2014

Merupakan kesepian yang dikarenakan oleh tidak memiliki saudara ataupun teman dekat dan orang lain dari jaringan sosial melalui aktivitas-aktivitas dan kepentingan yang bisa saling membagi dan adanya penolakan dari lingkungan sekitar.

3. Penyebab Kesepian

Penyebab kesepian yang didasarkan oleh tipe kesepian antara lain:

- a. Kesepian secara emosional disebabkan karena mempunyai kekurangan dalam hubungan yang dijalaninya. Berikut ini alasan dikemukannya oleh Rubenstein dan Shaver yaitu: merasa berbeda, tidak memiliki hubungan dekat dengan lingkungan disekitarnya, dan adanya suatu perubahan yang telah diharapkan dari hubungan pertemanan.
- b. Kesepian secara sosial yaitu:
 - 1) Dikarenakan individu dikeluarkan dari kelompok, tidak dicintai oleh orang-orang disekitarnya.
 - 2) Orang akan merasa kesepian ketika merasa dikucilkan oleh teman, jauh, terpencil, dan tidak memiliki ketenangan. Di suatu waktu, hubungan sosial individu mungkin cukup memuaskan, sehingga tidak merasa kesepian. Sebagian besar mereka melihat diri mereka sangat menjijikkan dan hina dan tidak dapat dicintai. Terlebih lagi, kepercayaan diri yang rendah, menyebabkan individu yang sedih merasa canggung dengan keadaan sosialnya. Mengingat alasan rasa kesepian berakhir, ilmuwan juga akan memanfaatkan hipotesis sebagai sumber perspektif atau panduan untuk mengarahkan

pertemuan sehingga alasan depresi di masa dewasa awal dapat terungkap.

4. Aspek-Aspek Kesepian

Ada beberapa aspek dari kesepian menurut Bruno di antara lain:⁵

- a. Isolasi yaitu suatu keadaan individu merasa terasing dari tujuan dan nilai-nilai dominan dalam masyarakat agresivitas, kemenangan maupun mainupasi merupakan faktor-faktor pemicu munculnya keterasingan.
- b. Penolakan yaitu suatu keadaan dimana individu tidak terima, diusir dari lingkungan sekitarnya. Individu yang kesepian akan merasa dirinya ditinggalkan dan ditolak walaupun berada ditengah-tengah keramaian.
- c. Merasa disalah mengerti, yaitu keadaan dimana individu merasa seakan-akan dirinya disalahkan dan tidak berguna. Seseorang yang selalu disalah mengerti dapat menimbulkan rasa rendah diri, merasa tidak mampu bertindak dan tidak percaya diri.
- d. Merasa tidak pernah dicintai, yaitu suatu keadaan dimana individu tidak mendapatkan kasih sayang, tidak diperlakukan secara lembut dan tidak dihormati, merasa tidak dicintai dan jauh dari persahabatan ataupun kerja sama. Setiap membutuhkan perhatian supaya dapat berkembang setiap tahap umurnya. Perhatiaqn yang diperoleh secara

⁵ Bruno, F. J. *Conguer Loneliness, "Menaklukkan Kesepian"*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama. 2002

teratur yaitu cara mengatasi rasa kesepian. Tanpa rasa perhatian individu akan menjadi terasing secara emosional.

- e. Tidak memiliki sahabat, yaitu tidak ada individu yang berada disampingnya ataupun sekitarnya, tidak memiliki hubungan dan tidak dapat berbagi. Seorang yang tidak berharga adalah seorang tidak mempunyai sahabat.
- f. Malas membuka diri, yaitu suatu keadaan dimana individu kurang bisa menjalin keakraban dengan orang lain, merasakan cemas dan takut tersakiti.
- g. Bosan, yaitu merasakan rasa jenuh dan tidak menyenangkan, tidak menarik, merasa lemah dan orang pembosan biasanya orang yang tidak pernah menikmati keadaan yang ada.
- h. Gelisah, yaitu individu yang merasakan perasaan resah, tidak merasa nyaman dan tentram dan merasa khawatir, tidak merasakan senang dan merasa galau dilanda dengan kecemasan.

5. Ciri-Ciri Kesepian

Ada beberapa ciri kesepian menurut Nawan terdiri dari:⁶

- a. Merasa tidak berguna
- b. Merasa gagal
- c. Merasa terpuruk
- d. Merasa sendiri

⁶ Siska Yunita, "*Hubungan antara Kualitas Persahabatan dengan Kesepian diri*" (Tesis: Progam Studi Psikologi, Universitas Medan Area, Medan 2018) Hal 23

- e. Merasa tidak ada yang peduli.

6. Dimensi Kesepian

Menurut Peplau dan Perlman terdapat tiga dimensi kesepian, yaitu:⁷

- 1) Pendekatan kebutuhan akan keintiman (*need for intimacy*). Yaitu perasaan kesepian yang muncul ketika kebutuhan seseorang tidak terpenuhi untuk merasakan kepuasan dalam berhubungan dengan orang lain.
- 2) Pendekatan proses kognitif (*cognitive process*). Yaitu kesepian timbul ketika seseorang dalam mempersepsikan dan mengevaluasi hubungan sosialnya menemukan bahwa terdapat kesenjangan antara apa yang dibutuhkan dan apa yang dia capai.
- 3) Pendekatan Penguatan sosial (*social reinforcement*). Pendekatan penguatan sosial lebih menekankan bahwa kesepian disebabkan oleh kurangnya penguatan (*reinforcement*) dari lingkungan sosial. Hubungan sosial merupakan suatu *reinforcement*, apabila dalam interaksi sosial tidak tercapai maka akan menyebabkan individu merasa kesepian.

⁷ Fitri Rahmi, dkk, "Religiusitas dan Kesepian Pada Lansia Cabang Koperindag Sumatera Barat", *Jurnal Psikologi* vol 3, No 2, Juni 2016, hal 178

7. Faktor-faktor penyebab Kesepian

Menurut Brehm ada empat hal yang menyebabkan seseorang mengalami kesepian⁸, yaitu:

- a) Ketidak cocokan dalam hubungan yang dimiliki seseorang.

Menurut Brehm hubungan individu yang tidak kuat akan membuat individu tidak puas akan hubungan yang dimiliki. Ada banyak alasan seseorang merasa tidak puas dengan hubungan yang tidak kuat. Rubenstein dan Shaver menyimpulkan beberapa alasan yang banyak dikemukakan oleh orang yang kesepian, yaitu sebagai berikut:

- 1) *Being unattached* : tidak memiliki pasangan, tidak memiliki partner seksual, berpisah dengan pasangannya
- 2) *Alienation* : merasa berbeda, merasa tidak dimengerti, tidak dibutuhkan dan tidak memiliki teman dekat
- 3) *Being alone* : pulang ke rumah tanpa ada yang menyambut, selalu sendiri.
- 4) *Forced isolation* : dikurung dalam rumah, dirawat inap di rumah sakit, tidak bisa kemana-mana.
- 5) *Dislocation* : jauh dari rumah (merantau), memulai pekerjaan atau sekolah baru, sering pindah rumah, sering melakukan perjalanan.

- b) Terjadi perubahan terhadap apa yang diinginkan seseorang dari suatu hubungan. Menurut Brehm kesepian juga dapat muncul lantaran terjadi

⁸ Irma, R. S., "Gambaran Kesepian pada Remaja Pelaku Self-Harm". Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi. Vol 9. No. 1. 2020

perubahan terhadap apa yang diinginkan seorang menurut suatu interaksi. Pada waktu tertentu interaksi sosial yang dimiliki seseorang cukup memuaskan. Sehingga orang tersebut tidak mengalami kesepian. Perubahan itu ada menurut beberapa sumber yaitu :

1. Perubahan mood seseorang

Jenis hubungan yang diinginkan seseorang ketika sedang senang berbeda dengan jenis hubungan yang diinginkan ketika sedang sedih.

2. Usia

Sears mengatakan pada dasarnya segala usia bisa mengalami kesepian baik tua maupun remaja. Seiring dengan bertambahnya usia, perkembangan seseorang membawa berbagai perubahan yang akan mempengaruhi harapan atau keinginan orang tersebut untuk suatu hubungan.

3. Perubahan situasi

Banyak individu tidak harus menjalin hubungan emosional yang dekat dengan individu lain saat mereka membangun karir mereka. Namun, saat karir telah mapan orang tadi akan dihadapkan pada kebutuhan yang besar akan suatu hubungan yang memiliki komitmen secara emosional.

4. *Self-esteem* dan *causal attribution*

Kesepian berhubungan dengan harga diri yang rendah. Individu yang memiliki harga diri yang rendah cenderung merasa tidak

nyaman pada situasi yang beresiko secara sosial (misalnya berbicara didepan umum dan berada di kerumunan orang yang tidak dikenal). Dalam hal ini, individu-individu ini akan menghindari kontak sosial tertentu secara terus-menerus karena mereka akan mengalami kesepian.

5. Perilaku interpersonal

Perilaku interpersonal seseorang yang kesepian akan menyelidiki orang itu untuk membangun suatu hubungan dengan orang lain. Dibandingkan dengan orang yang tidak mengalami kesepian, orang yang mengalami kesepian akan menilai orang lain secara negatif, mereka tidak begitu menyukai orang lain, tidak percaya pada orang lain, menginterpretasikan tindakan dan intensi (kecenderungan untuk berperilaku) orang lain secara negatif, dan cenderung memegang sikap-sikap yang bermusuhan.

B. Harga Diri

Dalam pembahasan ini peneliti menjabarkan tentang pengertian harga diri, ciri-ciri harga diri, aspek-aspek harga diri, dan faktor-faktor harga diri.

1. Pengertian Harga Diri

Menurut Lerner dan Spanier harga diri adalah tingkat penilaian positif atau negatif yang terkait dengan gagasan diri dari seseorang.⁹ Seperti yang ditunjukkan oleh Aristocrat dan harga diri adalah penilaian

⁹ Ghufroon, M. N., Risnawita, R. "*Teori-Teori Psikologi*". Yogyakarta: AR-Ruzz Media. 2016.

yang dilakukan oleh setiap orang yang mendorong pengukuran pesimis dan positif. Kemudian, menurut Santrock harga diri adalah komponen penilaian diri secara umum. Orang dengan kepercayaan diri tinggi menganggap diri mereka penting, dan menganggap diri mereka setara dengan orang lain. Orang dengan kepercayaan diri rendah pada umumnya mengalami penyangkalan diri, kekecewaan dan meremehkan diri. Menurut coopersmith harga diri adalah penilaian terhadap diri yang dinyatakan dalam sikap menyetujui atau tidak menyetujui mengarahkan sejauh mana individu menganggap dirinya mampu, berarti, sukses dan berharga.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah suatu penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri baik itu penilaian positif maupun penilaian negatif, berdasarkan standar dan nilai pribadi individu tersebut. Harga diri memiliki arti penilaian terhadap individu masing-masing baik maupun buruknya dari sudut pandang nilai kepribadian.

2. Ciri-Ciri Harga Diri

Adapun ciri-ciri harga diri menurut Compersmith yaitu:¹⁰

- a. Harga diri tinggi, yaitu individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan memiliki kualitas, khususnya: dinamis, ekspresif, secara umum akan efektif dalam skolastik dan aktivitas publik, dinamis dalam

¹⁰ Maya, Dinda S., Thahroni., "*Hubungan Keterlibatan Ayah dengan Harga Diri Remaja Wanita*". Jurnal Psikologi. Vol. 01. No. 01, 2018

latihan percakapan, memiliki perhatian yang memadai terhadap iklim, yakin, penuh harapan, menganggap diri mereka penting dan hebat karena orang lain yang seusiaanya dan menghargai orang lain, dapat menangani aktivitasnya terhadap dunia luar di luar dirinya dan dapat mengetahui analisis dan perbedaan penilaian dari orang lain, menikmati tugas baru yang menantang dan tidak cepat bingung bila segala sesuatunya berjalan diluar rencana.

- b. Harga diri sedang, yaitu individu yang memiliki keyakinan berada di antara keyakinan tinggi dan keyakinan rendah, penjelasan diri mereka secara umum akan positif dan dengan cara yang berbeda mendekati kualitas orang dengan keyakinan tinggi. Ada perbedaan dalam penilaian keyakinan, khususnya orang yang memiliki keyakinan menunjukkan keseimbangan dalam mengamati diri mereka sendiri. Sesuai Coopersmith menyatakan bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri menganggap dirinya lebih unggul dari pada orang yang memiliki rasa percaya diri yang rendah.
- c. Harga diri rendah adalah individu yang memiliki kepercayaan diri rendah memiliki ciri-ciri yang menyertai: takut bentrok pendapat yang bertentangan, kurang dinamis, merasa terisolasi dan tidak disukai, dalam latihan ramah seperti menjadi penonton dan pendukung, kurang siap untuk mengakui kritikan, sering bermimpi dan mudah kesal, menganggap diri mereka seperti itu. seorang individu yang tidak penting dan dibenci dengan tujuan yang dia khawatirkan gagal dalam

hubungan persahabatan. Tidak yakin dengan anggapan dan kemampuan sendiri sehingga kurang siap untuk berkomunikasi dan percaya bahwa pemikiran dan pekerjaan orang lain lebih unggul dari mereka. Merasa bahwa orang lain tidak berfokus padanya. Perasaan yang sangat sedikit itu bisa diantisipasi dari dirinya sendiri.

3. Aspek-Aspek Harga Diri

Aspek-aspek harga diri menurut Coopersmith terdiri dari:¹¹

- a. Penerimaan diri, yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk menyukai dirinya apa adanya dengan segala kekurangan dan kelebihan. Seseorang yang memiliki penerimaan diri baik selalu menjadi dirinya sendiri dan tidak ingin menjadi orang lain. Individu yang tidak pernah merasa rendah diri dengan kekurangan yang ada pada dirinya, sehingga selalu bangga menjadi dirinya sendiri.
- b. Kepercayaan diri, yaitu sikap atau perasaan individu yang memiliki kemampuan diri sendiri yang timbul karena adanya sikap positif terhadap sikap dan kemampuannya sehingga dalam bersikap dan bertindak tidak dapat terpengaruh oleh orang lain maupun lingkungan sekitar. Individu yang mempunyai kepercayaan diri akan memiliki sifat berani dan tidak membandingkan dirinya dengan orang lain serta tidak tergantung dengan orang lain, karena selalu yakin dengan kemampuan yang dimilikinya.

¹¹ Irawati N. G. "Hubungan Antara Harga Diri Remaja Putri Dengan Minat Membeli Kosmetik Bermerek. (Jurnal Psikologi, Fakultas Psikologi. Universitas Gajah Mada, Yogyakarta 1997)

- c. Hubungan interpersonal, yaitu sikap harmonis dalam keluarga maupun dengan teman disekitarnya. Individu mempunyai kemampuan untuk berkomunikasi secara baik dengan orang lain maupun dengan keluarganya. Individu yang mudah bergaul dengan orang serta bersifat ramah serta bersahabat akan lebih mudah disukai orang sehingga mempunyai banyak teman.
- d. Kemampuan untuk menghadapi lingkungan, yaitu individu mudah beradaptasi dan menghadapi segala perubahan yang terjadi dilingkungan akan merasa setiap orang memberikan dukungan kepadanya. Individu akan mampu menghadapi permasalahan yang ada dilingkungannya, individu bisa membiasakan diri terhadap hal baru.

4. Faktor-faktor Harga Diri

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi harga diri menurut Cooprsmith antara lain:¹²

- a. Penghargaan, penerimaan, serta perlakuan yang dapat diperoleh dari orang lain yang signifikan dalam hidupnya.
- b. Kesuksesan serta status atau posisi yang diraihinya.
- c. Pengalaman yang diperolehnya dapat dijadikan seta dapat disesuaikan dengan norma atau anspirasi dari individu itu sendiri.
- d. Cara individu dalam merespon evaluasi.

¹² Faradilla, U. M., “*Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Harga Diri Remaja Di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area*”. (Skripsi Psikologi Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area) 2019

C. Dewasa Awal

Dalam pembahasan ini peneliti menjabarkan tentang pengertian dewasa awal, tugas perkembangan dewasa awal dan ciri-ciri dewasa awal.

1. Pengertian Dewasa Awal

Istilah *adult* berasal dari kata kerja Latin, seperti juga istilah *adollescere-adolescere* yang berarti “tumbuh menjadi kedewasaan”. Akan tetapi, kata *adult* berasal dari bentuk lampau partisipel dari kata kerja *adultus* yang berarti “telah tumbuh menjadi kekuatan dan ukuran yang sempurna” atau “telah menjadi dewasa”. Dengan demikian, orang dewasa adalah orang yang telah menyelesaikan perkembangannya dan siap untuk mengenal masyarakat bersama orang dewasa lainnya.¹³

Menurut ahli sosiologi Kenneth Kenniston masa remaja adalah masa transisi antara masa remaja dan masa dewasa, suatu proses perpanjangan sementara dari kondisi ekonomi dan pribadi. Masa dewasa awal adalah tahap perkembangan yang dimulai pada akhir remaja atau awal dua puluh dan berakhir pada usia tiga puluhan. Menurut Erickson, masa dewasa awal berada pada tahap keintiman vs isolasi. Pada titik ini individu dihadapkan pada tugas perkembangan hubungan intim dengan orang lain. Erickson juga menggambarkan keintiman sebagai menemukan dirinya diantara orang lain tanpa kehilangan dirinya sendiri.

Selama masa dewasa yang panjang ini, perubahan fisik dan psikologis terjadi pada saat-saat yang tidak terduga, misalnya ketika

¹³ Ibid 199-245

seorang anak dan individu juga melewati periode waktu yang signifikan. Setiap kali perubahan fisik dan psikologis tertentu, masa dewasa awal biasanya dikategorikan menurut durasi perubahan tersebut, bersama dengan masalah penyesuaian dan stress yang diakibatkan oleh perubahan tersebut. Berdasarkan penjelasan di atas, pembagian masa dewasa dibagi kedalam tiga tahap, yaitu:

- 1) Fase dewasa awal: usia 18 tahun sampai 40 tahun
- 2) Fase dewasa madya: usia 40 tahun sampai 60 tahun
- 3) Fase dewasa akhir: usia 60 tahun sampai kematian

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa masa dewasa awal yaitu masa yang ditandai dengan tercapainya perkembangan fisik yang optimal, mencapai kemandirian dan masa membangun hubungan yang baru dengan orang lain dalam rangka membentuk keluarga yang berusia 18 sampai 40 tahun.

2. Tugas Perkembangan Masa Dewasa Awal

Menurut Havigurst setiap masa perkembangan memiliki tugas-tugas perkembangan.¹⁴ Tugas-tugas perkembangan memiliki peranan penting untuk menentukan arah perkembangan yang normal. Tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal yaitu mulai bekerja, memilih pasangan hidup, belajar hidup dengan tunangan, mulai membina keluarga, mengasuh anak, mengelola rumah tangga, mengambil tanggung jawab sebagai warga negara dan mencari

¹⁴Ibid 1999 -252

kelompok sosial yang menyenangkan. Tugas perkembangan masa dewasa awal menurut Hurlock¹⁵ yaitu:

- a. Mendapatkan suatu pekerjaan
- b. Memilih teman hidup
- c. Membentuk keluarga
- d. Membesarkan anak
- e. Mengelola rumah tangga
- f. Bertanggung jawab sebagai warga negara
- g. Bergabung dengan kelompok sosial yang sesuai

3. Ciri - Ciri Masa Dewasa Awal

Ciri-ciri masa dewasa awal menurut Hurlock adalah:

- a). Masa dewasa awal merupakan suatu reproduktif, masa ini ditandai dengan membentuk rumah tangga.
- b). Masa dewasa awal sebagai masa bermasalah, setiap masa dalam kehidupan manusia, pasti mengalami perubahan, sehingga seseorang harus banyak melakukan kegiatan penyesuaian diri.
- c). Masa dewasa merupakan masa yang penuh dengan ketegangan emosional, ketegangan emosional seringkali ditempatkan dalam ketekutan atau kekhawatiran.

¹⁵ Hurlock, E. B. "*Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*". Edisi ke-5. Jakarta : Erlangga. 1980

d). Masa dewasa awal sebagai masa ketergantungan dalam perubahan nilai, maksudnya dalam ketergantungan dalam hal ini adalah ketergantungan pada orang tua, lembaga pendidikan yang memberikan beasiswa dan lembaga pemerintahan.

D. Aplikasi Tantan

Tantan merupakan pelaksanaan aplikasi layanan pencarian sosial berbasis lokasi (menggunakan *Facebook* dan layanan fitur GPS pada ponsel) yang memfasilitasi komunikasi antara pengguna yang saling tertarik, yang memungkinkan kecocokkan pengguna untuk mengobrol. Aplikasi ini umumnya dipakai menjadi layanan kencan, dan telah bercabang untuk memberikan layanan yang lebih, sehingga lebih umum di sosial media.¹⁶

Aplikasi Tantan diciptakan dari tahun 2015 asal Tiongkok. Keuntungan sejumlah \$70 juta, aplikasi tersebut juga menambah di beberapa Negara yaitu, India dan Asia Tenggara, termasuk Indonesia.¹⁷ Pada tahun 2017 terdaftar sekitar satu miliar "geseran" per hari. Tantan merupakan aplikasi yang "mengeser", pengguna memakai geseran pada gerakan dalam menentukan antara foto-foto dari pengguna lain, menggeser kanan bagi yang berpotensi kecocokkan yang baik dan menggeser kiri pada foto untuk pindah ke yang berikutnya. Tantan

¹⁶ Jumi, F. U., Sumadi. D. "Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Fisip Melalui Penggunaan Aplikasi Tantan". Jurnal Penelitian Kajian Ilmu Komunikasi dan Informasi. Vol. 06, No. 01, 2021. Hlm 61

¹⁷ <https://techcrunch.com/2017/06/21/chinas-tantan-raises-70-million/>

dirancang secara khusus untuk anak muda yang sebagian besar berusia 20-an dan menawarkan cara baru untuk bertemu. Berdasarkan *system swipe* (mengayunkan atau menggeser) dan *match* (mencocokkan atau cocok). Tantan memungkinkan dua pengguna untuk memulai percakapan ketika keduanya menyukai satu sama lain.

Bila ditinjau dari sisi geografis, peneliti memperoleh data dari hasil survei blog.jakpat.net diakses pada tahun 2021 yakni sebanyak 56.000.000 pengguna aplikasi Tantan diseluruh dunia, sedangkan pengguna aplikasi Tantan di Indonesia sebanyak 7.800.000¹⁸, selanjutnya di wilayah Jawa Timur pengguna aplikasi Tantan ini yakni sebanyak 1.560.000¹⁹, berdasarkan hasil survei data dari Nganjuk yang diperoleh dari grup Facebook pengguna aplikasi Tantan ini sebanyak 31.200 pengguna, diwilayah Pace pengguna aplikasi Tantan sebanyak 1.248 orang yang diperoleh dari hasil survei di grup Facebook Komunitas anak Pace, dan diwilayah Joho diperoleh dari hasil survei secara langsung sebanyak 187 orang.

Aplikasi ini sanggup melihat berapa orang yang menyukai profil kita, akan tetapi tidak bisa melihat siapa saja yang *like* profil kita, kecuali kalau kita membeli fitur VIP. Selain aplikasi ini bisa membuat status layaknya sosial media lainnya. Aplikasi ini memfasilitasi penunjang berupa *hobby*

¹⁸ Daftar Aplikasi Kencan Terbaik 2021 dan Daya Tariknya Bagi Pengguna.
<https://tirto.id/daftar-aplikasi-kencan-terbaik2021-dan-daya-tariknya-bagi-pengguna-f73t>

¹⁹

dan minat, sehingga bisa mempercepat pengguna untuk bertemu calon jodohnya dengan hobi sejenis.

Menggunakan Facebook, Tantan dapat membuat profil pengguna dengan foto yang telah diunggah. Informasi dasar dikumpulkan dan grafik sosial pengguna 'dianalisis. Kandidat yang paling mungkin untuk kompatibel berdasarkan lokasi geografis, jumlah teman bersama, dan kepentingan umum kemudian dialirkan ke dalam daftar kecocokkan. Berdasarkan hasil calon potensial, aplikasi ini memungkinkan pengguna untuk secara anonim seperti pengguna lain dengan menggeser ke kanan atau dengan menggeser ke kiri pada mereka. Jika dua pengguna menyukai satu sama lain itu kemudian menghasilkan "cocok" dan mereka mampu untuk mengobrol dalam aplikasi²⁰.

Aplikasi ini telah menjangkau lebih dari jutaan pemakai di Indonesia dan para penggunanya mengaku terbantu untuk menemukan teman baru dengan minat atau hobi yang sama dan telah tercatat terjadinya peningkatan dari aktivitas pengguna seiring dengan meningkatnya jumlah kecocokan antar pengguna sebanyak 56%. Dari jumlah data yang didapat di *play store* sekitar 50 juta lebih aplikasi ini diunduh²¹.

²⁰ Ok.zone.com. Tantan, "Aplikasi Pencari Teman yang Sasar Kum Millenial". <https://tecno.okzone.com/red/2018/08/23/207/1940560/tantan-aplikasi-pencari-teman-yang-sasar-kaum-millennial>. 24 Agustus 2018

²¹ Ok.zone.com. Tantan, "Aplikasi Pencari Teman yang Sasar Kum Millenial". 24 Agustus 2018

E. Harga Diri Dalam Perspektif Islam

Harga diri adalah individu yang dapat menunjukkan kemuliaan dirinya ('izzah), menjaga kehormatannya (muru'ah), dan menahan diri ('iffah) dari dorongan hawa napsu, perbuatan maksiat, perilaku yang buruk dan segala sesuatu yang diharamkan oleh syariat. Islam mengajarkan agar setiap manusia khususnya orang yang beriman untuk tidak bersifat rendah diri dan lemah. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam Al- Quran surat Ali Imran ayat 139 yang berbunyi

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman.

Hal ini menjadi dasar bagi orang yang beriman khususnya untuk dapat memotivasi diri agar tidak bersifat lemah dan bersedih hati dan cenderung menjadi rendah diri dalam kehidupan sehari-hari. Sikap mental yang kuat dianjurkan kepada setiap orang karena manusia diciptakan sebagai makhluk yang tinggi derajatnya di sisi Allah SWT (Ahyadi,1995). Harga diri dalam bahasa Arab disebut "Izzah". Bagi seorang muslim, harga diri itu tidak hanya hidup untuk diri sendiri.

Harga diri itu juga berkaitan dengan orang-orang disekitar kita akan kebaikan islam. Manusia memiliki kemampuan untuk menilai dirinya sendiri. Al-Qur" an bahkan menggambarkan bahwa manusia tetap

memiliki kesempatan untuk menilai atau menghisap dirinya sendiri pada hari kebangkitan (Departemen Agama RI, 2007; 283).

F. Kesepian Dalam Perspektif Islam

Jika manusia memang beriman kepada Allah SWT, maka dia akan dapat menghadapi semuanya dengan baik tentu saja hanya dengan bantuan dari-Nya. Dari banyak masalah yang harus dihadapi manusia, pasti juga banyak akibat yang dialaminya. Salah satu bentuk akibat dari masalah yang muncul adalah kesepian. Ketika seseorang tidak mampu lagi menghadapi suatu masalah, kemudian malah di ditinggalkan, dipojokkan dan dijauhi, secara perlahan dia akan merasakan kesepian. Dia akan merasa tidak ada lagi orang yang peduli dengannya. Padahal, kalau dia adalah seorang yang beriman, pasti dia ingat kepada Rabbnya. Yang akan selalu ada untuknya kapanpun, dimanapun dan bagaimanapun keadaan orang itu.

Allah SWT telah menjawabnya dalam Al Qur'an surah Ar Ra'd ayat 28 :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.

G. Hubungan Harga Diri dengan Kesepian

Setiap orang pasti pernah mengalami kesepian. Seetiap orang yang pernah mengalami kesepian pasti menganggap bahwa tidak ada yang dapat memahaminya dengan baik. Orang yang kesepian akan merasa terisolasi dan tidak memiliki siapapun yang dapat diandalkan ketika mereka membutuhkannya atau ketika mereka membutuhkannya atau mereka sedang stress.²²

Bagi sebagian orang, mengalami kesepian merupakan situasi yang tidak menyenangkan karena merasa terasing dari lingkungan dan berbeda dengan orang-orang disekitarnya, meskipun berada dikeramaian malah akan merasa kesepian. Sebagian individu lainnya beranggapan bahwa kesepian merupakan suatu hal yang memalukan untuk diakui, karena adanya stigma yang diberikan masyarakat kepada individu yang kesepian sebagai individu yang gagal dan tidak memenuhi standar tertentu untuk diterima dalam suatu kelompok sosial.

Menurut Santrock kesepian adalah ketika orang merasa bahwa mereka memahami diri mereka dengan baik, dan tidak memiliki seorang pun untuk dijadikan pelarian saat dibutuhkan atau saat stress. Kesepian seseorang disertai dengan adanya emosi negatif pada individu seperti depresi, kecemasan, ketidak bahagiaan, dan perasaan tidak puas yang muncul bersamaan dengan rasa pesimis, menyalahkan diri sendiri dan rasa malu.²³

²² Santrock, J. W. *“Adolescence: Perkembangan Remaja”*. (edisi keenam) Jakarta: Erlangga. 2002.

²³ Baron, R. A., & Byrne, D. *“Psikologi Sosial”*. Jilid II Edisi Kesepuluh (terjemah Djuwita, R). Jakarta: Erlangga. 2005

Kesepian bisa terjadi karena tidak ada kekuatan dalam hubungan yang dimiliki. Dalam hal ini hubungan yang tidak kuat akan menimbulkan ketidakpuasan dalam diri individu, kemudian terjadi perubahan terhadap apa yang dimiliki seseorang dari suatu hubungan. Kesepian juga dapat disebabkan karena perilaku interpersonal, yaitu bagaimana perilaku individu dengan orang lain. Kesepian juga dapat dihasilkan dari harga diri individu. Hal ini sejalan dengan pandangan Gottlieb bahwa harga diri yang rendah dapat menimbulkan rasa kesepian dalam diri individu.²⁴

Pendapat yang dikemukakan oleh Burns bahwa kesepian berhubungan dengan harga diri adalah bahwa orang yang kesepian cenderung menilai dirinya tidak berguna. Individu ini biasanya merasa menjadi kurang berharga, dan harga diri yang tidak optimal inilah yang membuat individu merasa kesepian, yang pada akhirnya individu tersebut merasa tidak nyaman dalam lingkungan dimana pun dirinya berada.²⁵

Menurut Rokach orang lebih cenderung mengalami di awal masa dewasa, karena banyak menghadapi perubahan sosial di masa dewasa. Menurut Hurlock dewasa awal dimulai pada usia 18-40 tahun.²⁶ Menurut Berk kesepian biasanya juga kuat setelah hilangnya sebuah ikatan intim. Orang dewasa yang berpisah atau bercerai lebih mudah merasa kesepian

²⁴ Alifha, Zema, R. "Hubungan antara Harga Diri dengan Kesepian pada Pengguna Aplikasi Mobile Dating". Universitas Sriwijaya Inderalaya, 2020

²⁵ Astiri, Dwidiyanti. "Hubungan antara Harga Diri dan Kesepian dengan Pengungkapan Diri pada Remaja Pengguna Instragam di Surakarta". Universitas Sebelas Maret Surakarta 2019

²⁶ Hurlock, E. B. "*Psikologi Perkembangan*". Jakarta: Erlangga 2003

dibandingkan dengan mereka yang menikah atau hidup bersama pasangan.²⁷

Kesepian dapat menimbulkan dampak negatif bagi individu. Individu yang mengalami kesepian akan terhambat oleh kemampuannya untuk berkembang dengan baik dan melakukan kegiatan-kegiatan yang produktif. Perasaan kesepian pada individu dapat semakin menumpuk dan hanya sedikit kesempatan untuk mengemukakan permasalahan atau berbagai masalah, karena individu cenderung tidak mempercayai siapapun. Kondisi ini jika dibiarkan berlarut akan terakumulasi hingga mencapai titik dimana individu memutuskan bahwa dirinya harus melepaskan tekanan yang ada.²⁸

Tindakan-tindakan yang dilakukan individu saat mengalami kesepian seringkali terlibat dalam tindakan yang berdampak negatif seperti, perkelahian, perilaku seks bebas (pemeriksaan), penyalahgunaan narkotika dan psikotropika, dan juga bunuh diri. Sejalan dengan pendapat dari Berk, jika kesepian terus berlanjut pada individu, maka akan banyak sekali timbul perilaku negatif yang dapat merusak diri, seperti enggan untuk terbuka dengan orang lain, cenderung tidak peka secara sosial, cenderung menghindari kontak sosial karena merasa kurang nyaman, mengevaluasi diri sendiri dan orang lain secara negatif, dan akan memicu isolasi bagi individu.

²⁷ Berk, Laura. E. *“Development Through The Lifespan (Dari Dewasa Awal Sampai Menjelang Ajal)”*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar 2012.

²⁸ Ruri Regeta. BR. Ginting., *“Hubungan Harga Diri dengan Kesepian Narapidana Wanita di Lembaga Pemasyarakatan Tanjung Gusta”*, Fakultas Medan Area, 2019

H. Kerangka Teoritis

Gambar 2. 1
Kerangka Konseptual

