

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Keluarga termasuk kedalam kelompok sosial terkecil dalam kehidupan bermasyarakat, dimana kelompok tersebut terdiri dari laki – laki yang disebut dengan ayah, seorang perempuan yang disebut ibu, dan sejumlah individu lain, baik laki–laki maupun perempuan yang disebut dengan anak (Khaidir dkk., 2021). Keluarga mempunyai keterikatan satu sama lain dengan ditandai sekelompok anggota yang saling berinteraksi antar satu sama lain dan berlangsung setiap hari secara tatap muka (Lestari, 2012). Keluarga merupakan sumber bagi kasih sayang, perlindungan, dan identitas bagi anggotanya. Keluarga menjalankan fungsi yang penting bagi keberlangsungan masyarakat dari generasi ke generasi. Keluarga mempunyai beberapa bentuk, salah satunya ialah keluarga yang mempunyai anak tunggal atau hanya memiliki satu anak saja (Sanjaya dkk., 2020).

Menurut data yang diperoleh dari United Nations (UN) pada tahun 2015, negara Asia Tenggara termasuk kedalam negara dengan tingkat *Total Fertility Rate* (TFR) yang tinggi. Angka tersebut mengalami penurunan yang menjadi 2,5% yang sebelumnya menunjukkan 2,6% atau angka dari tingkat kelahiran di Asia Tenggara mengalami peningkatan. Angka TFR dapat meningkatkan kepadatan penduduk di suatu negara. Pada tahun 2015, negara Singapura merupakan negara yang mempunyai tingkat TFR sebesar 1,25% yakni 2x lipat dari hasil TFR secara total, sedangkan negara Malaysia mendapatkan peringkat keempat di ASEAN dengan

hasil TFR tertinggi. Hasil TFR yang tinggi, diharapkan untuk setiap negara yang menempati peringkat tertinggi dengan nilai diatas 2,5% dianjurkan untuk mengurangi tingkat kelahiran disetiap negara, sehingga tingkat kepadatan penduduk dapat teratasi dengan pembatasan tingkat kelahiran disetiap keluarga (Indraswari & Yuhan, 2017). Berdasarkan data statistik Indonesia pada tahun 2018 yang dirangkum dalam Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak dan Badan Pusat Statistik 2019, didapatkan sebanyak 4.600.208 (5,6%) keluarga di Indonesia mempunyai anak tunggal. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa masyarakat di Indonesia masih sedikit yang memiliki anak tunggal, dilihat dari data statistik 2018.

Anak tunggal adalah seorang anak yang berada dalam sebuah keluarga yang terdiri atas orang tua yaitu suami dan istri yang hanya memiliki seorang anak saja (Lee & Yasperin, 2020). Anak tunggal mempunyai keuntungan dalam peranan keluarga diantaranya adalah anak tunggal mendapatkan kasih sayang sepenuhnya dari kedua orang tua tanpa persaingan dengan saudara kandung untuk mendapatkan perhatian, serta bantuan dan sumber daya orang tua, namun dibalik keuntungan tersebut terdapat kerugian yang dirasakan oleh anak tunggal yakni merasa kesendirian serta dituntut untuk menjadi perfeksionis sesuai dengan kemauan orang tua (Newman, 2001). Anak tunggal sering kali disebut sebagai anak manja yang memiliki karakteristik yang kurang menyenangkan seperti kurang mandiri, kurangnya kendali atas dirinya dan pandangan yang hanya berpusat pada dirinya sendiri (Riyanda & Soesilo, 2018).

Anak tunggal mempunyai beberapa keuntungan dalam menjalani kehidupannya. Keuntungan menjadi anak tunggal adalah tidak perlu bersaing dengan saudara–saudara kandung untuk mendapatkan perhatian, bantuan, dan sumber daya orang tua. Anak tunggal menjadi cepat matang dibandingkan dengan anak – anak lain sebayanya karena mendapatkan perhatian penuh dari orang tua, ia tumbuh lebih percaya diri, berbicara lebih jelas, tegas, dan selalu nampak menonjol (Haniifah, 2019).

Persepsi negatif yang umum mengenai anak tunggal adalah perasaan kesendirian sehingga merasa sepi dalam menjalani hidup. Banyak orangtua yang memutuskan atau mempertimbangkan untuk memiliki lebih dari satu orang anak karena perasaan kesendirian dari anak tunggal (Pratama & Rahayu, 2014). Gambaran kesendirian ini berlangsung dikarenakan anak tunggal tidak mempunyai saudara seperti anak lainnya yang mempunyai saudara. Anak tunggal juga melaporkan ketidakbahagiaan dan kesendirian ketika harus menanggung beban keluarga sendirian. Tantangan yang akan dihadapi oleh anak tunggal yaitu tekanan atau harapan orangtua dan penyokong orangtua satu-satunya di kemudian hari baik secara financial maupun emosional. (Argitha & Jatmika, 2013). Kesendirian adalah pengalaman emosional yang menyedihkan, bahkan menyakitkan yang dianggap sebagai akibat dari kekurangan kuantitas atau kualitas hubungan sosial seseorang (Weeks & Asher, 2012). Kesendirian bukanlah keadaan sendirian, namun kesendirian merupakan perasaan keterasingan secara kognitif yang disadari atau keterpisahan dalam ruang lingkup sosial dari orang lain yang berarti, dan

menurunnya perasaan atau emosi mengenai perilaku seseorang disekitar (Alberti, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara secara langsung dilingkungan kampus pada tanggal 24 Oktober 2022. Peneliti melakukan wawancara kepada 3 anak tunggal. Informan pertama yang berinisial A didapatkan hasil anak tersebut sering merasakan kesendirian dikarenakan tidak memiliki siapa-siapa seperti saudara kandung yang dapat berbagi cerita. A sering kali merasa sedih dan kosong disaat di rumah, yang dimana disebabkan dari orang tua yang selalu pulang malam karena kerja dan tidak mempunyai waktu bersama dengan anak tersebut bahkan untuk mengobrol dirumahpun jarang, sehingga hubungan antara orang tua dan anak kurang dekat. A juga menyatakan bahwa dirinya takut untuk menyampaikan perasaan kesepian yang dialami kepada kedua orang tua disebabkan orang tua menjadi marah dan ketergantungan dengan keberadaan orangtua. Namun A mempunyai teman dekat yang mengerti kondisi yang dialami anak tersebut, sehingga A dapat mengatasi rasa kesepiannya dengan bermain bersama teman dekat tanpa adanya perasaan takut, sendiri, dan malu. A mengatakan jarang berbaur dengan orang lain karena mempunyai sifat yang cuek dengan lingkungan sekitar, namun dibalik itu semua A merasakan iri dengan orang lain yang mempunyai saudara kandung dan kedekatan dengan orang tua.

Wawancara kedua dilakukan pada berinisial S yang merupakan anak tunggal dengan orang tua yang mempunyai kesibukan. S sering kali merasa sering kesendirian, hidup sendiri hingga merasa terasingkan dan tidak memiliki siapa –

siapa dihidupnya ketika berada dilingkungan rumah, sehingga kesedihan seringkali datang secara tiba – tiba, menjerit sendiri, dan sering mengeluh kepada Tuhan. S mengatakan bahwa dirinya dapat mengatasi rasa kesepian yang dialaminya dengan cara mendengarkan music kesukaannya dengan volume tinggi sehingga suara yang dihasilkan menjadi sangat kencang untuk menghibur hati disaat rumah dalam keadaan sepi. S juga mengatakan benci dengan kehidupannya, seringkali membanting barang saat marah. Orang tua dari S sering kali menuntut menjadi yang terbaik dan sesuai dengan harapan orang tua, namun orang tua S tidak pernah mendengarkan pendapat atas keinginan anak, sehingga menimbulkan kerenggangan dalam hubungan. S mengatakan anak yang introvert dan jarang bersosialisasi dengan lingkungan luar rumah, terkadang disaat melihat teman – teman yang mempunyai saudara kandung, S merasakan iri akan kesaudaraan yang mereka miliki. Terkadang S merasakan malu dan takut apabila bergaul dengan orang lain yang tidak sesuai dengan pendapatnya. S berpikir dapat menciptakan pertikaian apabila bergaul dengan orang lain.

Wawancara ketiga dilakukan pada anak yang berinisial B yang termasuk kedalam anak yang cuek dengan lingkungan sekitar dan jarang untuk berbaur dengan teman dikampus. B mengatakan dirumah sering kali merasakan kesendirian dikarenakan orang tua yang jarang dirumah. Kesendirian tersebut membuat B sering melamun sendiri dan hal tersebut sudah terbiasa sejak kecil. *Hangout* dengan teman, video call dengan pacar, menonton drama korea, membaca webtoon merupakan salah satu cara mengurangi rasa kesendirian yang dialami B, namun hal tersebut tidak membuatnya merasakan lebih baik dikarenakan B membeci orang

tuanya yang memilih kesibukan dibandingkan dengan anaknya. B merasakan hal yang biasa tanpa mempunyai saudara kandung, sehingga B tidak mempunyai rasa iri terhadap orang lain. Perasaan B muncul disaat takut untuk berbaur dengan teman-teman, dikarenakan kondisinya yang kurang bisa berinteraksi dengan orang lain dan takut menjadi bahan perbincangan teman. Ketakutan tersebut membuat B memilih untuk menyendiri.

Kesendirian dapat digambarkan sebagai penarikan sosial yakni perasaan tidak nyaman yang memberi tahu seseorang bahwa kebutuhan seseorang akan hubungan tidak terpenuhi (Svendsen, 2017). Hal tersebut didasarkan oleh tiga pilar yang melekat pada konsep kesendirian yaitu pemisahan, rasa malu dan rasa takut (Swan, 2018). Pada pilar pertama dalam konsep kesendirian menyebutkan pemisahan yang dapat disebabkan dari rasa terisolasi, kehilangan rasa utuh pada diri sendiri sehingga dapat memberikan dampak negatif bagi anak tunggal yakni dampak psikologis, emosional, dan sosial. Hal ini terjadi karena aktivitas orang tua yang bekerja tanpa mengenal waktu, sehingga anak selalu ditinggal sendirian dirumah. Sedangkan pada pilar kedua yakni rasa malu dapat meningkatkan rasa kesendirian dikarenakan rasa malu yang tinggi seperti dikucilkan atau diabaikan oleh teman-teman maupun orang tua dapat menyebabkan seseorang tidak ingin mengutarakan emosi yang mereka rasakan sehingga mereka merasakan sendiri tanpa ada orang yang memperdulikannya (Noviani & Sa'adah, 2020). Pilar kesendirian yang terakhir adalah rasa takut yang dialami oleh anak tunggal. Hal tersebut menyebabkan anak tunggal memendamkan apa yang dirasakan selama mereka merasakan kesendirian dirumah tanpa ada orang yang menemani. Maka diperlukan

perhatian khusus orang tua dan orang sekitar untuk memberikan kasih sayang yang sesuai (Gunarsa, 2008).

Faktor yang dapat menyebabkan rasa kesendirian muncul pada anak tunggal adalah tidak terpenuhinya kebutuhan akan hubungan akrab. Kesendirian muncul sebagai akibat dari kurangnya kontak sosial. Ketika seseorang tidak dapat menjalin relasi secara langsung dengan orang lain, mereka akan mencari cara lain untuk menemukan suatu hubungan pertemanan (Rokach, 2019).

Penelitian oleh Argitha dan Jatmika (2013) tentang gambaran kesendirian yang dialami oleh anak tunggal. Penelitian tersebut dilakukan untuk mendeskripsikan dan memahami kondisi kesepian pada anak tunggal. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa partisipan memiliki kondisi kesepian yang berbeda. Pada penelitian lainnya, Pratama dan Rahayu (2014) menyebutkan bahwa adanya rasa kesepian yang dialami oleh anak tunggal dengan kategori dewasa muda. Pada penelitian tersebut menunjukkan faktor-faktor penyebab kesepian pada anak tunggal dewasa muda adalah faktor internal (individualisme) dan faktor eksternal (isolasi sosial).

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Rasa Kesendirian pada Anak Tunggal”.

## **B. Tujuan**

Berdasarkan fokus penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Tujuan

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran rasa kesendirian pada anak tunggal.

### **C. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini antara lain:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan referensi di bidang ilmu Psikologi Sosial terutama mengenai kesendirian.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Subjek Penelitian**

Diharapkan subjek dapat menerima diri, berdamai dengan keadaan, dan memperbaiki relasi sosial agar tidak lagi merasa kesendirian.

##### **b. Bagi Orang Tua**

Diharapkan orang tua dapat berperilaku baik dan memperbaiki atas kesalahan yang pernah diperbuat kepada anak sehingga para anak tunggal memiliki kedekatan emosional dengan orang tua dan mampu mengembangkan relasi sosialnya.

##### **c. Bagi Peneliti**

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk fokus menggali aspek yang menarik untuk dikaji dari kesendirian, menggambarkan tipe dan potensi diri yang diperdalam dari hasil wawancara, menyiapkan *guide interview* yang

lebih baik agar data yang diperoleh lebih valid dan mendalam, menggunakan pendekatan yang sesuai untuk tema kesendirian.

