

HUBUNGAN ANTARA PRESENTASI DIRI DENGAN KESEPIAN PADA REMAJA DI SMA TARUNA NUSANTARA

Dwini Aisha Royyana, Nailul Fauziah

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

dwin_17@hotmail.com

Abstrak

Kesepian dapat dialami secara subjektif oleh siapa saja. Kesepian adalah perasaan individu yang kurang menyenangkan, bercirikan perasaan terasing dan hubungan yang kurang bermakna dengan individu lain. Berkaitan dengan hubungan interpersonal dan penerimaan sosial, individu mengembangkan keinginan dan usaha menampilkan kesan yang baik melalui presentasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara presentasi diri dengan kesepian pada remaja. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA Taruna Nusantara kelas X dan sampel penelitian berjumlah 126 subjek. Teknik sampling yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Pengambilan data menggunakan skala kesepian (34 aitem valid dengan $\alpha=0,922$) dan skala presentasi diri (22 aitem valid dengan $\alpha=0,883$). Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis data menunjukkan nilai $r_{xy} = -0,286$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$), artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara presentasi diri dengan kesepian. Semakin baik presentasi diri, maka semakin rendah kesepian yang dialami. Berdasarkan hasil penelitian presentasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 8.2% terhadap kesepian yang dialami oleh remaja di kelas X SMA Taruna Nusantara, sedangkan, 91,8 % dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata kunci : kesepian; presentasi diri; remaja

Abstract

Loneliness can be experienced subjectively by anyone. Loneliness is an individual feeling of less favorably characterized by feelings of isolation and lack of meaningful relationships with others. Related to interpersonal relationships and social acceptance, individuals develop the desire and effort to show a good impression through self-presentation. This research aims to determine the relationship between self-presentation with loneliness in adolescents. The population in this research is first year student in Taruna Nusantara High School students with total sample 126 subjects. The sampling technique used was cluster random sampling. This research used a scale of loneliness (34 valid item with $\alpha = 0.922$) and the scale of self-presentation (22 valid item with $\alpha = 0.883$). Analysis of the data in this research using simple regression analysis. The result showed the value of $r_{xy} = -0.286$, $p = 0.001$ ($p < 0.05$), meaning that there is a significant negative correlation between self-presentation with loneliness. The better self-presentation, lower the loneliness experienced. Based on the research results presentation itself on providing effective contribution of 8.2% against the loneliness experienced by adolescent, whereas, 91.8% are influenced by other factors.

Keyword: self-presenttion; loneliness; adolescent

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu membutuhkan individu lain bahkan sejak lahir. Salah satu masa yang penting dan membutuhkan individu lain adalah masa remaja, karena pada masa remaja mulai terdapat banyak permasalahan yang dihadapi dan mengharuskan untuk menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan yang datang dari lingkungan. Remaja masa kini dihadapkan pada tuntutan dan harapan yang lebih kompleks dan banyak dibandingkan dengan generasi lalu (Santrock, 2003).

Tugas perkembangan yang utama dilakukan remaja adalah menyesuaikan diri dengan perubahan dan belajar bersosialisasi. Pada masa remaja kebutuhan untuk menjalin hubungan akrab dengan individu lain sangatlah penting. Transisi menuju sekolah menengah berlangsung secara terus menerus ketika banyak perubahan di individu, keluarga, dan sekolah. Perubahan-perubahan yang mencakup hal-hal yang berkaitan dengan pubertas dan citra tubuh, munculnya pemikiran operasional formal, termasuk perubahan dalam kognisi sosial, meningkatnya tanggung jawab dan menurunnya ketergantungan pada orang tua, memasuki struktur sekolah yang lebih besar dan impersonal, serta perubahan dari teman sebaya yang kecil dan homogen menjadi lebih besar dan heterogen (Santrock, 2012).

Menyikapi perbedaan dan pengalaman baru di dalam lingkungan sekolah dan tinggal di dalam asrama, remaja perlu melakukan penyesuaian dan bersosialisasi. Seperti yang diungkapkan oleh Sargent (dalam Santoso, 2014), bahwa di sekolah individu akan bersosialisasi dengan komunikasi, bekerja sama dan bermain, serta menunjukkan simpati, namun tidak jarang penyesuaian terhadap hal baru yang berlangsung di sekolah dan tinggal dalam asrama menimbulkan kesepian pada remaja.

Berdasarkan tulisan pribadi salah satu siswa SMA Taruna Nusantara, siswa baru wajib mengikuti pendidikan dasar kedisiplinan (PDK) selama tiga bulan, tanpa telepon genggam, tanpa orang tua, dan tanpa orang yang disayang. Berada di tempat yang jauh, asrama 24 jam dan hanya diberikan waktu libur setiap enam bulan sekali, sehingga pada masa-masa ini terasa sangat berat dan sering merasakan *homesick* atau rindu rumah dan keluarga (Wahyu, 2016). Perasaan tersebut yang sering dialami dapat memicu terjadinya kesepian. Rasa kesepian yang timbul di benak individu sebenarnya merupakan pengalaman subjektif yang dapat dialami semua individu namun di usia remaja kesepian sangat rentan terjadi. Senada dengan penelitian yang dilakukan Parlee (dalam Taylor, Peplau, & Sears, 2006), bahwa 79 % individu yang berusia di bawah 18 tahun mengatakan kadang-kadang atau seringkali kesepian, dibandingkan 53 % individu yang berusia 45 sampai 54 tahun.

Interaksi dari banyaknya variasi siswa yang berasal dari berbagai daerah yang menjadi satu di lingkungan SMA Taruna Nusantara dapat menurunkan privasi individu, sehingga memungkinkan terjadinya kesepian seperti penelitian terhadap penghuni asrama yang dilakukan Baum dkk (dalam Bevinn, 2011), mendapatkan hasil bahwa individu melakukan penarikan diri dari lingkungan sosial untuk mengatasi interaksi sosial yang tidak diinginkan. Meningkatnya kebutuhan individu untuk mendapatkan ruang pribadi akan menurunkan rasa keintiman interpersonal dan menyebabkan perasaan kesepian

Pindahnya individu ke tempat yang baru seperti pindah ke sekolah asrama Taruna Nusantara dapat meningkatkan perasaan kesepian karena perpindahan tersebut akan memutuskan hubungan dengan keluarga ataupun teman lama untuk waktu yang tidak sebentar (Cutrona dalam Bevinn, 2011). Proses penyesuaian diri siswa SMA Taruna Nusantara dilakukan dengan interaksi bersama teman di lingkungan baru. Proses penyesuaian tersebut tidaklah lepas dari usaha untuk mengungkapkan diri dengan berbagai cara, ketika mengungkapkan diri individu akan melakukan presentasi diri yang baik dihadapan individu lain. Presentasi diri adalah tindakan mengekspresikan diri dan berperilaku dalam cara-cara yang dirancang untuk membuat kesan yang baik atau kesan yang sesuai dan ideal (Myers, 2008). Presentasi diri mengacu kepada keinginan individu untuk menampilkan gambaran yang diinginkan kepada penonton eksternal (individu lain) dan kepada penonton internal (diri sendiri). Individu berusaha mengelola kesan yang sudah dibuat untuk menyenangkan individu lain dengan tujuan mendapatkan penerimaan

dari lingkungan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara presentasi diri dan kesepian pada siswa SMA Taruna Nusantara.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Taruna Nusantara dengan jumlah sampel pada penelitian ini sebesar 126 siswa. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu Skala Kesepian berjumlah 34 aitem ($\alpha = 0,922$) yang disusun berdasarkan dimensi kesepian menurut Gierveld (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2012), sedangkan Skala Presentasi diri berjumlah 22 aitem ($\alpha = 0,883$) yang disusun berdasarkan aspek presentasi diri oleh Goffman (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2012). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi sederhana. Proses analisa data dalam penelitian ini dibantu dengan program komputer *Statistical Package for Science (SPSS) 19 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.

Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Signifikansi	Bentuk
Presentasi Diri	0,735	0,652 $p>0,05$	Normal
Kesepian	0,893	0,402 $p>0,05$	Normal

Hasil dari uji normalitas menunjukkan nilai *Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit Test* untuk variabel presentasi diri sebesar 0,735 dengan signifikansi 0,652 ($p>0,05$) yang berarti bahwa sebaran data variabel presentasi diri memiliki distribusi normal. Variabel kesepian juga memiliki sebaran data distribusi normal yang ditunjukkan dengan nilai *Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit Test* sebesar 0,893 dengan signifikansi 0,402 ($p>0,05$).

Tabel 2.

Uji Linearitas

Nilai F	Signifikansi	Keterangan P<0,05
11,061	0,001	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas dari variabel presentasi diri dengan kesepian menunjukkan nilai F sebesar 11,061 dengan signifikansi 0,001 ($p<0,05$) yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel adalah linear.

Tabel 3.

Uji Hipotesis 1

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikansi
-----------------	---------------------------	---------------------

Kesepian	-0,286	0,001
Presentasi Diri		

Uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu variabel presentasi diri dan kesepian. Hasil dari uji hipotesis dapat menunjukkan bahwa hipotesis awal penelitian diterima atau ditolak. Berdasarkan hasil dari analisis regresi sederhana diperoleh koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,286$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel presentasi diri dengan kesepian. Tingkat signifikansi menunjukkan $p = 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel maka hipotesis adanya hubungan negatif antara variabel presentasi diri dan kesepian diterima.

Tabel 4.

Uji Hipotesis 2

Koefisien korelasi	Koefisien determinasi	Koefisien determinasi biasa	Perkiraan kesalahan
,286 ^a	,082	,074	7,96587

Berdasarkan *output* dari hasil analisis regresi sederhana, diperoleh koefisien determinasi antara presentasi diri dan kesepian sebesar 0.082 yang berarti bahwa presentasi diri memberikan sumbangan efektif sebesar 8,2% terhadap kesepian pada siswa kelas X SMA Taruna Nusantara. Jadi kesepian dapat dijelaskan oleh presentasi diri sebesar 8.2% dan sisanya sebesar 91.8% dijelaskan oleh faktor lain di luar penelitian

KESIMPULAN

Penelitian yang telah dilakukan menghasilkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan dengan koefisien korelasi = -0,286 dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$) antara presentasi diri dengan kesepian. Semakin baik presentasi diri maka akan semakin rendah kesepian. Demikian sebaliknya jika presentasi diri buruk maka akan semakin tinggi kesepian yang dialami..

DAFTAR PUSTAKA

Bevinn, S. J. (2011). *Psychology of loneliness*. New York: Nova Science Publisher, Inc.

Dayakisni, & Hudaniah, T. (2012). *Psikologi sosial*. Malang: UMM Press.

Myers, D. G. (2008). *Psikologi sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.

Santoso, S. (2014). *Teori-teori psikologi sosial*. Bandung: Refika Aditama.

Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.

Santrock, J. W. (2003). *Adolescence perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.

Taylor, S. E, Peplau, & Sears D, O. (2006). *Social psychology*. New Jersey: Pearson.

Wahyu, N. (2016). Kompasiana: Melepas rindu ala anak TN. *Kompasiana*. Diakses dari http://www.kompasiana.com/nosawahyu/melepas-rindu-ala-anak-tn_57a6caebe122bdb311b4a421.