

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penarikan diri sosial, atau *social withdrawal*, adalah sebuah fenomena di mana individu menghindari interaksi sosial dan mengasingkan diri dari lingkungannya. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Menarik diri ialah merujuk pada tindakan atau sikap seseorang yang cenderung untuk menjauh dari interaksi sosial atau hubungan dengan orang lain. Menarik diri sosial menurut Baharun dan Jennah (2019) merupakan pola perilaku untuk menghindari berinteraksi dengan orang, keadaan, atau lingkungan yang penuh dengan stres. Perilaku ini dapat bermanifestasi dalam berbagai tingkatan, mulai dari keterlibatan sosial yang terbatas hingga isolasi total (Janah & Setiawati, 2018).

Di era modern ini, banyak pemuda yang menunjukkan gejala penarikan diri sosial (*social withdrawal*) salah satunya terjadi di Negara Jepang yang dikenal dengan istilah *Hikikomori*. Dilansir dari detikEdu (2023) fenomena ini ditandai dengan keengganan untuk terlibat dalam interaksi sosial, baik secara langsung maupun tidak langsung, hal ini dapat berakibat pada keterasingan, kesepian, dan bahkan depresi. Perilaku menarik diri sosial atau *social withdrawal* menjadi fenomena yang kian memprihatinkan tak terkecuali di Indonesia.

Dilansir dari laman EGSA UGM (2020), data Riskesdas (riset kesehatan dasar) 2018 menyebutkan 6,1 persen remaja usia 15 tahun ke atas

menunjukkan gejala depresi dan kecemasan atau setara dengan 11 juta orang. Kemudian remaja usia 15-24 tahun yang mengalami depresi mencapai 6,2 persen. Data tersebut menunjukkan prevalensi yang cukup tinggi untuk gejala depresi dan kecemasan pada remaja di Indonesia, sekitar 6% dari populasi usia 15 tahun ke atas. Pemuda dan pemudi yang menjadi subjek penelitian berada dalam rentang usia remaja, dimana prevalensi gangguan mental seperti depresi dan kecemasan cukup tinggi pada kelompok usia tersebut, Oleh karena itu perilaku menarik diri sosial (*social withdrawal*) pada subjek penelitian ini berpotensi terkait dengan kondisi depresi dan kecemasan yang mereka alami menurut data yang dipaparkan.

Adinti (2023) mengatakan bahwa fenomena *social withdrawal* ini lebih sering terjadi pada pemuda karena beberapa faktor. Pertama, tekanan sosial yang tinggi untuk mencapai kesuksesan dan memenuhi ekspektasi orang tua dan masyarakat. Kedua, kemudahan akses teknologi yang membuat mereka lebih memilih untuk menghabiskan waktu di dunia maya daripada berinteraksi langsung dengan orang lain. Ketiga, kurangnya ruang publik yang ramah pemuda untuk melakukan kegiatan sosial.

Fenomena ini banyak terjadi pada kalangan pemuda, seperti yang tergambar dalam hasil wawancara di Dusun Gulon pada tanggal 13 April 2024 mengungkapkan beberapa alasan di balik perilaku menarik diri yang dilakukan. Pertama, kurangnya minat karena kegiatan yang membosankan seperti pertemuan rutin karang taruna yang biasanya diadakan arisan dan rapat, serta kegiatan gotong royong membersihkan lingkungan sekitar.

Kedua, adanya campur tangan orang tua yang membuat pemuda merasa rendah diri dan tidak bisa melakukan kegiatan tersebut, seperti ketika sedang ada kegiatan kenduri dan tidak sengaja melakukan kesalahan selalu dikomentari dan dikritik. Ketiga, kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar seperti tetangga atau teman sebaya yang membuat pemuda merasa tidak termotivasi untuk ikut berkegiatan lagi, misalnya ketika ada salah satu pemuda yang kebetulan rumahnya ada hajatan akan tetapi teman-temannya tidak membantu. Keempat, merasa malu untuk mengikuti kegiatan lagi karena sudah beberapa kali tidak ikut hadir, seperti adanya kesibukan yang kebetulan tidak bisa ditinggalkan. Kelima, beberapa faktor lain di luar lingkungan seperti padatnya jadwal kerja serta perkuliahan di kampus.

Hasil wawancara yang telah dilakukan pada hari Sabtu tanggal 13 April 2023 dengan pemuda di Dusun Gulon menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial adalah salah satu faktor utama yang menyebabkan *social withdrawal*. Orang tua yang terlalu mengintervensi para pemuda, kurangnya teman sebaya yang suportif, dan lingkungan sekitar yang tidak ramah membuat mereka merasa terasing dan tidak termotivasi untuk beraktivitas. *Social withdrawal* dapat membawa dampak negatif bagi pemuda seperti kesepian, depresi, kecemasan, dan rendahnya harga diri (Fitriana, 2015). Selain itu, mereka juga berisiko mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan, mencari pekerjaan, dan berkontribusi dalam masyarakat (Baharun & Jennah, 2019).

Di sinilah peran dukungan sosial menjadi penting. Dukungan sosial merupakan bantuan dan perhatian yang diberikan oleh individu lain kepada seseorang yang membutuhkan. Dukungan ini dapat berasal dari keluarga, teman, tetangga, komunitas, atau bahkan profesional. Di tengah maraknya *social withdrawal*, dukungan sosial menjadi kunci untuk membantu para pemuda kembali berpartisipasi dalam kehidupan sosial. Menurut Wahyuni (2016), dukungan sosial adalah persepsi individu tentang ketersediaan dan kualitas hubungan sosial yang dapat memberikan bantuan dan penguatan. Sarafino dan Smith (2011) menyatakan bahwa dukungan sosial meliputi berbagai jenis bantuan, seperti dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi serta dukungan jaringan sosial.

Adanya dukungan sosial yang mencakup berbagai bentuk bantuan tersebut, terdapat manfaat dari dukungan sosial antara lain meningkatkan kesehatan mental dengan memberikan rasa aman dan diterima, mengurangi stres dengan adanya orang-orang terdekat yang dapat diajak berbagi cerita dan mencurahkan perasaan, serta mendorong individu untuk lebih terlibat dalam aktivitas sosial di dusun Gulon karena merasa didukung oleh lingkungan sekitarnya (Armayati, Lestari, & Irianto, 2023). Dengan dukungan sosial yang memadai, baik dari keluarga, teman sebaya, maupun masyarakat dusun, pemuda pemudi di dusun dapat mengembangkan potensi diri secara optimal tanpa merasa terhambat oleh rasa cemas atau tertekan, serta lebih percaya diri untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan-kegiatan

yang dapat membangun dan membawa kemajuan bagi dusun Gulon (Permatasari Retno dkk., 2021).

Salah satu dukungan tersebut bisa berupa dorongan, motivasi, atau jaringan sosial yang memfasilitasi partisipasi aktif pemuda maupun pemudi ketika menjalankan kegiatan di dusun (Murtiasih, Sawiji, & Susilowati, 2014). Pemuda dan pemudi yang merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh orang lain jika mendapat dukungan sosial dari lingkungan sekitar, seperti motivasi, penghargaan, perhatian, bantuan, dan kasih sayang. (Siregar, Marpaung, & Mirza, 2019). Dengan kata lain, jika seseorang diterima dan dihargai dengan baik, mereka cenderung mengembangkan sikap positif terhadap diri mereka sendiri dan lebih menerima dan menghargai diri mereka sendiri. Hal ini memungkinkan generasi muda untuk hidup mandiri dan bersatu di tengah-tengah masyarakat luas (Liyanovitasari & Setyoningrum, 2023).

Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial sangat penting untuk mencegah *social withdrawal* pada pemuda. Oleh karena itu, perlu dilakukan usaha-usaha untuk meningkatkan dukungan sosial bagi pemuda, seperti membangun ruang publik yang ramah bagi pemuda, meningkatkan edukasi tentang pentingnya dukungan sosial, dan memberikan pelatihan kepada orang tua dan masyarakat tentang cara memberikan dukungan yang tepat bagi pemuda. Dengan meningkatkan dukungan sosial, diharapkan *social withdrawal* pada pemuda dapat berkurang dan mereka dapat tumbuh menjadi generasi yang sehat, bahagia, dan produktif.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan topik: *“Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Menarik Diri Sosial Pada Pemuda Dan Pemudi Dalam Keterlibatan Kegiatan Di Dusun Gulon”* hal ini dikarenakan kurangnya minat dalam kegiatan yang dianggap membosankan seperti pertemuan rutin karang taruna dan kegiatan gotong royong membersihkan lingkungan sekitar menjadi salah satu alasan. Campur tangan orang tua yang membuat mereka tidak nyaman saat berpartisipasi dalam kegiatan sosial seperti kenduri. Kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar, seperti ketidakmampuan teman atau tetangga untuk membantu, membuat pemuda kehilangan motivasi. Selain itu, rasa malu karena seringnya absen dari kegiatan juga menjadi faktor penyebab, bersama dengan faktor eksternal seperti padatnya jadwal kerja dan perkuliahan di kampus. Oleh karena itu dibutuhkan dukungan sosial yang baik agar perilaku menarik diri ini dapat menurun, sehingga peneliti yakin bahwa penelitian ini perlu untuk dilakukan.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan dukungan sosial terhadap perilaku menarik diri sosial pada pemuda dan pemudi dalam keterlibatan kegiatan di dusun Gulon.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan referensi ilmiah untuk keilmuan, khususnya dalam bidang psikologi sosial dan psikologi komunikasi.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi institusi

Penelitian dapat dijadikan sebagai sumber acuan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan mental kepada masyarakat, serta dapat dijadikan sebagai referensi dalam merancang program yang berkaitan dengan ilmu psikologi untuk meningkatkan dukungan sosial dan mengurangi perilaku menarik diri pemuda dan pemudi dalam keterlibatan kegiatan di dusun.

b) Bagi subjek

Penelitian ini dapat mendorong subjek untuk mengenali faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi dukungan sosial dan perilaku menarik diri serta mempelajari bagaimana cara untuk meningkatkan dukungan sosial dan mengurangi perilaku menarik diri.

c) Bagi peneliti selanjutnya

1.) Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai acuan untuk pengembangan intervensi psikologis yang bertujuan untuk

meningkatkan dukungan sosial dan mengurangi perilaku menarik diri.

- 2.) Hasil penelitian dapat digunakan untuk menyempurnakan alat ukur dan skala mengenai dukungan sosial dan perilaku menarik diri sosial.

D. Keaslian Penelitian

Keaslian pada penelitian dapat dilihat dari adanya perbedaan yang secara jelas pada penelitian sebelumnya dengan penelitian ini, sehingga sebelum melakukan penelitian peneliti menelaah penelitian terdahulu untuk memastikan penelitian yang akan diteliti belum pernah ada sebelumnya. Hal ini juga menjadi pertimbangan atau ide baru ketika menelaah penelitian terdahulu.

Berdasarkan penelusuran yang telah dilakukan, peneliti tidak menemukan kesamaan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian yang sudah ada sebelumnya, dimana selalu terdapat perbedaan antara variabel bebas atau tergantung yang diteliti dan subjek yang dimaksudkan untuk digunakan. Oleh karena itu, penelitian ini harus dilanjutkan untuk mendapatkan penemuan baru terkait "*Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Menarik Diri Sosial Pada Pemuda dan Pemuda dalam Keterlibatan Kegiatan di Dusun Gulon*". Adapun terdapat beberapa perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yang diuraikan sebagai berikut:

Penelitian pertama Rahama dan Izzati (2021) adalah “*Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Karyawan*”. Tujuan dari penelitian yang melibatkan 90 karyawan perusahaan X ini adalah untuk memahami kaitan antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial. Untuk memahami kaitan antara kesejahteraan psikologis dan dukungan sosial, digunakan metodologi kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua variabel ini memiliki hubungan positif. Dengan kata lain, peningkatan dukungan sosial berbanding lurus dengan peningkatan kesejahteraan mental. Sebaliknya, penurunan dukungan sosial akan berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis.

Selanjutnya Muraidandini (2018) dengan judul “*Kolaborasi Terapi Perilaku Kognitif dan Terapi Realitas untuk Perilaku Menarik diri*” Responden dalam penelitian ini yaitu *single* atau tunggal. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan model penelitian satu subjek dengan model A-B-A. Pengumpulan data menggunakan kuisioner, observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Hasil dari studi ini menunjukkan bahwa menolong klien B yang mengalami masalah menarik diri dengan terapi perilaku kognitif yang dikolaborasikan dengan terapi realitas dan bantuan positif sangat efektif dan dapat mengurangi perilaku menarik diri.

Selanjutnya Alawiyah dkk. (2022) dengan judul “*Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Semester Akhir*” Responden dalam penelitian ini berjumlah 4 mahasiswa

Pada semester akhir di Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai, dilakukan penelitian kualitatif. Sampel diambil menggunakan teknik *cluster random sampling* secara acak. Analisis data dilakukan dengan analisis regresi sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa akhir. Semakin banyak dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa akhir, semakin baik kondisi kesehatan mental mereka. Sebaliknya, semakin sedikit dukungan sosial yang mereka terima, semakin buruk kondisi kesehatan mental mereka.

Selanjutnya Listiana dan Effendi (2021) dengan judul “*Hubungan Mekanisme Koping Dengan Withdrawal Behavior Pada Pasien Rawat Inap Di Ruang Murai B Dan Anggrek Rumah Sakit Khusus Jiwa Soeprapto Provinsi Bengkulu*” diikuti sejumlah 72 pasien yang menjalani rawat inap. Penelitian ini menggunakan metode *observasional* dengan pendekatan *cross-sectional*, yang melihat semua sudut pandang secara bersamaan. Dari 72 orang yang disurvei, 41 (56,9%) mengalami menarik diri dan 39 (54,2%) mengalami mekanisme *koping maladaptif*. Pasien rawat inap kategori hubungan dekat RS khusus jiwa, ruang murai B dan anggrek bengkulu menyatakan adanya hubungan signifikan antara mekanisme koping dan penarikan diri.

Selanjutnya Alfaruqy dkk. (2023) dengan judul “*Hubungan Dukungan Sosial Orangtua Dan Kecerdasan Adversitas Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas VII Smp N 1 Baturetno*” Responden diikuti 255 yang merupakan siswa baru kelas 7. Penelitian menggunakan metode

kuantitatif korelasional, Skala motivasi belajar, skala *adversity Intelligence*, dan skala dukungan sosial digunakan untuk mengumpulkan data dari orang tua. Regresi berganda digunakan untuk tujuan analisis data. Hasil eksplorasi menunjukkan bahwa bantuan sosial dari orang tua dan ilmu berdampak berhubungan dengan inspirasi belajar, baik pada tingkat tertentu maupun secara permanen. Kedua faktor tersebut secara bersama-sama mempengaruhi motivasi belajar siswa sebesar 61,6 persen..

Penelitian yang terakhir dilakukan Rahim dkk. (2023) dengan judul “*Layanan Bimbingan Kelompok dan Pengaruhnya Terhadap Withdrawal Behavior Pada Siswa*” Responden penelitian ini berjumlah 15 siswa. Tujuan penelitian untuk mengetahui bagaimana pengaruh layanan bimbingan kelompok SMP N 9 Kota Gorontalo terhadap perilaku menarik diri siswa kelas VII. "Dusunin satu kelompok *pre-test & post-test*" adalah metode penelitian kuasi-eksperimental yang digunakan. Hasil eksplorasi menunjukkan bahwa “Terdapat pengaruh bimbingan kelompok terhadap perilaku penarikan siswa kelas 7 SMP N Kota Gorontalo”, yang berarti bahwa layanan bimbingan kelompok harus digunakan untuk mengurangi *withdrawal behavior* siswa.

Berdasarkan pada penelitian terdahulu yang telah dipaparkan beberapa pembahasan memiliki karakteristik yang relatif berbeda dengan tema penelitian. Untuk penelitian ini, peneliti memilih kriteria subjek yang berbeda serta memiliki keunikan tersendiri, sehingga terdapat beberapa perbedaan yaitu:

1. Keaslian Topik

Pada penelitian sebelumnya, peneliti menggunakan satu variabel yang serupa yaitu dukungan sosial sebagai variabel bebas tetapi untuk variabel lain berbeda dengan variabel yang akan dipakai dalam penelitian. Misalnya penelitian yang dilakukan Rahama dan Izzati (2021) menggunakan *psychological well-being* sebagai variabel terikat, Muraidandini (2018) menggunakan *Cognitive Behavior Therapy* sebagai variabel bebas Dan *Terapi Realitas* sebagai variabel terikat, selanjutnya Alawiyah dkk. (2022) menggunakan *psychological well-being* sebagai variabel terikat, Listiana dan Effendi (2021) menggunakan Mekanisme Koping sebagai variabel bebas, Alfaruqy dkk. (2023) menggunakan *Adversity Quotient* sebagai variabel terikat, kemudian yang terakhir Rahim dkk. (2023) menggunakan bimbingan kelompok sebagai variabel bebas.

Dari pemaparan di atas peneliti menyimpulkan bahwa semua penelitian terdahulu berbeda dalam variabel yang digunakan, topik yang diangkat oleh peneliti belum pernah digunakan sebelumnya dan dapat untuk diteliti terkait dukungan sosial dan perilaku menarik diri sehingga variabel yang akan digunakan oleh peneliti adalah asli.

2. Keaslian Teori

Teori yang digunakan dalam penelitian ini bersumber dari tokoh-tokoh pencetus teori yang digunakan. Teori penelitian yang digunakan adalah teori menarik diri sosial (*social withdrawal*) yang dikemukakan oleh Rigby dkk. (1999) sedangkan pada dukungan sosial menggunakan teori dari Sarafino & Smith (2011). Pada penelitian sebelumnya, teori yang digunakan berbeda-beda. Seperti pada penelitian Rahama & Izzati (2021) menggunakan teori dukungan sosial dari Wais (2010). Kemudian penelitian Alfaruqy dkk. (2023) menggunakan teori dari Weiss (1974).

Berdasarkan penjelasan yang sudah peneliti jelaskan beserta bukti dengan jurnal terdahulu, dapat disimpulkan bahwasanya penelitian yang akan peneliti lakukan adalah asli. Artinya terdapat perbedaan mendasar pada studi penelitian ini dengan menggunakan dukungan sosial sebagai variabel (X) bebas, menarik diri sosial sebagai variabel (Y) tergantung, dan pemuda pemudi dusun Gulon sebagai responden. Oleh karena itu, peneliti mengambil judul "*Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Menarik Diri Sosial Pada Pemuda Dan Pemudi Dalam Keterlibatan Kegiatan Di Dusun Gulon*"

3. Keaslian Alat Ukur

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasi dengan menggunakan alat ukur dukungan sosial yang dirancang oleh Yara dkk. (2023) merujuk pada teori sarafino. Kemudian alat ukur untuk menarik diri sosial menggunakan skala yang bersumber dari teori Rigby dkk. (1999).

Dalam penelitian ini, skala yang digunakan sebelumnya juga telah digunakan dalam penelitian terdahulu, namun dengan modifikasi yang berbeda. Modifikasi tersebut disesuaikan untuk dapat diterapkan pada populasi pemuda pemudi di dusun Gulon.

4. Keaslian Subjek

Pada penelitian ini peneliti menggunakan subjek pemuda pemudi dusun Gulon yang berada di Kecamatan Pundong, Kelurahan Srihardono, Kota Bantul, Provinsi Yogyakarta. Tentunya subjek tersebut berbeda dengan penelitian terdahulu, Rahama dan Izzati (2021) menggunakan karyawan yang bekerja di perusahaan X., Muraidandini (2018) menggunakan subjek tunggal yaitu seorang penyandang disabilitas., Alawiyah dkk. (2022) menggunakan mahasiswa semester akhir di Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai., Listiana dan Effendi (2021) menggunakan pasien rawat inap di salah satu RS khusus yang berada di bengkulu., Alfaruqy dkk. (2023) menggunakan siswa kelas 7 SMP 1 Baturetno., Rahim dkk. (2023) menggunakan siswa Kelas 7 di SMP N 9 Kota Gorontalo.