



**KOMUNIKASI ANTARPRIBADI DALAM UPAYA MENGATASI DEPRESI  
KESEPIAN TANPA PASANGAN**

**Skripsi**

**Disusun untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan**

**Pendidikan Strata 1**

**Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik**

**Universitas Diponegoro**

**Nama Penyusun**

**Nama : Rizki Nuriandini**

**NIM : 14030112140077**

**JURUSAN ILMU KOMUNIKASI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK  
UNIVERSITAS DIPONEGORO  
SEMARANG**

**2016**

## ABSTRAK

### **Judul Skripsi : Komunikasi Antarpribadi dalam Upaya Mengatasi Depresi Kesepian Tanpa Pasangan**

---

Setiap individu pasti ingin hidup berpasangan karena mereka termasuk makhluk sosial yang selalu bersosialisasi dengan orang lain. Akan tetapi ternyata ada kalanya beberapa orang yang menjalani hidupnya dengan tidak memiliki pasangan. Akibatnya berbagai perasaan pun dirasakan oleh mereka, salah satunya yaitu depresi yang ditunjukkan dengan ciri-ciri seperti seringkali merasa sedih dan hampa dalam menjalani hari-harinya, kehilangan minat ataupun nikmat terhadap kegiatan yang biasa dilakukannya, berubahnya pola tidur dan pola makan yang menyebabkan menurunnya berat badan, insomnia atau hypersomnia hampir setiap hari, mudah lelah, sulit berkonsentrasi dan susah untuk menentukan suatu keputusan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan paradigma postpositivisme dan pendekatan fenomenologi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pemicu depresi kesepian tanpa pasangan, mengetahui konsep diri seseorang yang depresi kesepian tanpa pasangan dan mendeskripsikan kegiatan komunikasi antarpribadi yang dilakukan seseorang yang tidak memiliki pasangan dalam upaya mengatasi depresi kesepian tanpa pasangan. Informan penelitian adalah wanita karir yang telah berusia dewasa akhir dan tidak memiliki pasangan, berdomisili di Semarang & Batang. Mengacu pada *Interpersonal Communication Theory*, *Self Concept Theory*, *Self Disclosure Theory* dan *Relational Maintenance Theory* yang membahas pentingnya berbagi hal terkait komunikasi antarpribadi dalam menjaga hubungan.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pemicu dari terjadinya depresi kesepian tanpa pasangan adalah tidak dimilikinya seseorang yang spesial untuk memberikan waktu dan perhatiannya secara khusus kepada para informan penelitian ini ketika mereka merasa jenuh dan bosan dengan rutinitas sehari-hari ataupun ketika sedang menghadapi masalah. Konsep diri informan yang kesepian tanpa pasangan menunjukkan konsep diri yang positif dimana keterbukaan diri yang mereka miliki dengan orang lain pun semakin tinggi juga adanya partner khusus yang mereka miliki untuk berbagai cerita mengenai berbagai hal. Umumnya mereka memiliki sahabat sebagai orang yang dipilih untuk menjadi partner dalam berbagi cerita karena adanya kedekatan dan kenyamanan yang mereka rasakan apabila dibandingkan dengan keluarga.

**Kata kunci : komunikasi antarpribadi, fenomenologi, depresi, kesepian tanpa pasangan**

## ABSTRACT

### **Thesis Title: Interpersonal Communication in Efforts to Overcome Loneliness Depression Without Couples**

---

Each individual will want to live in pairs because they include social beings who always socialize with other people. But it turns out there are times when some of the people who live their lives by not having a partner. As a result of various feeling was felt by them, one of which is depression indicated by such characteristics often feel sad and empty in their daily lives, loss of interest or favor to the usual activities accomplishments, changes in sleep patterns and eating habits resulting in lower weight weight, insomnia or hypersomnia nearly every day, fatigue, difficulty concentrating and difficulty to determine a decision.

This research is a qualitative descriptive study paradigm postpositivisme and phenomenology. The purpose of this study was to determine the trigger depression lonely without a partner, knowing the concept of a person who is depressed lonely without a partner and describe the interpersonal communication activities carried out by someone who does not have a partner in the effort to overcome depression lonely without a partner. The informants is a career woman who has aged adults late and did not have a partner, based in Semarang and Batang. Referring to Interpersonal Communication Theory, Self Concept Theory, Self Disclosure Theory and Relational Maintenance Theory, which discusses the importance of sharing things related to interpersonal communication in maintaining relationships.

The results of this study indicate that the trigger for the onset of depression lonely without a mate is not someone special had to give time and attention in particular to the informants of this study when they feel tired and bored with the daily routine or while facing problems. The concept of self-informant lonely without a partner showed a positive self concept in which self-disclosure that they have with others even higher also their special partner that they have for a variety of stories about various things. Generally they have a friend as the person chosen to be a partner in sharing the story because of their closeness and comfort they feel when compared with the family.

***Keywords: interpersonal communication, phenomenology, depressed, lonely without a mate***

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu berinteraksi dengan individu lainnya. Manifestasi dari sifat manusia sebagai makhluk sosial menjadikan manusia senantiasa membutuhkan orang lain, saling bersosialisasi, bertukar berbagai macam hal, hingga meneruskan keturunan. Seiring berjalannya waktu, manusia membutuhkan sebuah hubungan yang lebih intima tau berpasangan, tidak hanya sekadar kenal. Akan tetapi ternyata ada kalanya beberapa orang yang menjalani hidupnya dengan tidak memiliki pasangan. Akibatnya berbagai perasaan pun dirasakan oleh mereka, salah satunya yaitu depresi yang ditunjukkan dengan ciri-ciri seperti seringkali merasa sedih dan hampa dalam menjalani hari-harinya, kehilangan minat ataupun nikmat terhadap kegiatan yang biasa dilakukannya, berubahnya pola tidur dan pola makan yang menyebabkan menurunnya berat badan, insomnia atau hypersomnia hampir setiap hari, mudah lelah, sulit berkonsentrasi dan susah untuk menentukan suatu keputusan.

Seperti hasil penelitian sederhana yang sebelumnya telah dilakukan dengan dua orang wanita berusia dewasa akhir yang menjalani hidupnya tanpa pasangan kemudian mengalami tanda-tanda depresi dalam hidupnya. Hal tersebut dapat terjadi karena seseorang yang berada dalam keadaan mencemaskan atau harus memikul tekanan emosional yang besar maka ia akan menginginkan kehadiran orang lain. Situasi penimbul cemas (*anxiety-producing situations*) meningkatkan kebutuhan akan kasih sayang (Stanley Schacter, 1959).

Cara yang dapat ditempuh seseorang untuk menghadapi masalah tersebut ialah dengan melakukan pengembangan hubungan interpersonal dengan orang di sekitarnya. Kemampuan dalam berkomunikasi merupakan hal yang sangat penting dalam membangun suatu hubungan. Untuk dapat membentuk suatu hubungan personal dengan orang lain, individu akan melalui beberapa tahapan, yaitu kontak, keterlibatan, keakraban, perusakan dan pemutusan (DeVito, 1997:233).

Selain itu konsep diri juga sangat dibutuhkan dalam hal pengembangan suatu hubungan. William D.Brooks dikutip dalam Rakhmat (2008:99) mendefinisikan konsep diri sebagai "*those phisycal, social and psychological perceptions of ourselves that we have derived from experiences and our interaction with other*". Dengan demikian dapat dikatakan bahwa konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita mengenai diri kita. Persepsi tentang diri ini dapat bersifat psikologi, sosial, dan fisik. (Rakhmat, 2008:100) .Oleh karena itu berdasarkan hal tersebut dapat kita ketahui bahwa individu yang memiliki konsep diri yang positif akan lebih menghargai dirinya dan memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi untuk melakukan hubungan interpersonal.

### **1.2 Rumusan Masalah**

Dari uraian diatas, rumusan masalah dari penelitian skripsi ini adalah:  
Bagaimana komunikasi antarpribadi dapat berperan untuk mengatasi depresi kesepian tanpa pasangan?

Berdasarkan perumusan masalah diatas, pertanyaan penelitian skripsi ini adalah :

1. Apa yang menyebabkan seseorang mengalami depresi kesepian tanpa pasangan?
2. Bagaimana komunikasi antarpribadi untuk mengelola depresi seseorang yang tidak memiliki pasangan terhadap orang-orang di lingkungan sekitarnya?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Dengan melihat rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui apa yang menjadi pemicu depresi kesepian tanpa pasangan.
2. Untuk mengetahui konsep diri seseorang yang depresi kesepian tanpa pasangan.
3. Mendeskripsikan komunikasi antarpribadi yang dilakukan seseorang yang tidak memiliki pasangan dalam upaya mengatasi depresi d alam diri.

### **1.4 Kerangka Konseptual**

#### **Paradigma**

Paradigma dalam penelitian ini adalah paradigma postpositivisme, karena meliputi metode-metode kualitatif, menyajikan realitas nyata tentang fenomena yang terjadi di masyarakat, memecahkan persoalan dengan melakukan penelitian dalam *setting* yang lebih alami (*naturalistic*), mengumpulkan informasi secara situasional, memunculkan sudut pandang emik untuk membantu menentukan makna dan tujuan yang diletakkan manusia pada tindakan-tindakan mereka (Denzin and Lincoln, 2009: 136).

### **1.5 Kerangka Teori**

#### **a. Teori Komunikasi Antarpribadi**

Menurut DeVito dalam Liliweri (1991:12), komunikasi antarpribadi merupakan pengiriman pesan-pesan dari seorang dan diterima oleh orang yang lain, atau sekelompok orang dengan efek dan umpan balik yang langsung. Sedangkan menurut Reardon dalam Liliweri (1991:13), komunikasi antarpribadi merupakan komunikasi yang mempunyai ciri-ciri: Terjadi karena adanya berbagai faktor pendorong, misalnya dalam didorong oleh faktor kesepian yang dirasakan oleh seseorang, berakibat pada sesuatu yang disengaja maupun yang tidak disengaja, kerap kali berbalas-balasan, sehingga komunikasi berlangsung terus menerus, memperbaiki hubungan yang semula renggang menjadi lekat kembali. Awal komunikasi masih membahas sesuatu yang umum, namun lama-kelamaan semakin *intens*, komunikasi tak pernah berakhir, sehingga mengarah kepada bahasan yang bersifat pribadi, mempersyaratkan adanya hubungan antarpribadi, suasana hubungan harus bebas, bervariasi, dan adanya keterpengaruh, sehingga hubungan tidak terkesan monoton dan membosankan, menggunakan berbagai lambang yang bermakna.

Komunikasi antar dua orang bisa mengubah hubungan yang tadinya bersifat impersonal menjadi intim, dari yang semula tidak kenal, menjadi teman, sahabat,

bahkan kekasih. Semua itu membutuhkan proses dan harus melalui tahapan-tahapan yang ada. Berikut lima tahapan hubungan antarpribadi menurut DeVito (2011: 254):

1. **Kontak** terjadi melalui indra, baik itu melihat, mendengar, serta membaui seseorang. Biasanya penampilan fisik adalah hal yang paling mudah terlihat, akan tetapi tidak menutup adanya unsur lain seperti sikap hangat, keterbukaan, bersahabat, dan lain-lain yang membuat seseorang mau melanjutkan hubungan ke tahap selanjutnya. Kontak adalah reaksi pertama saat bertemu.

2. **Keterlibatan** merupakan tahap di mana kita menginginkan diri kita untuk lebih mengenal orang lain dan juga mengungkapkan diri kita. Keterlibatan berawal dari pertemuan kedua, yakni setelah adanya rasa ketertarikan dalam kontak, lalu berteman.

3. **Keakraban** terjadi jika kita sering terlibat hubungan dengan orang lain, maka kita pun akan semakin akrab dengan orang tersebut. Keakraban hubungan bisa dalam wujud persahabatan atau menjadi sepasang kekasih. Keakraban bisa dilihat dari kedalaman dan keluasan topik pembicaraan yang mengarah pada hubungan antarpribadi.

4. **Perusakan** terjadi jika di dalam sebuah hubungan sudah mulai ada konflik, berarti hubungan tersebut sudah tidak harmonis. Konflik yang berkepanjangan dan tidak bisa dihadapi akan menyebabkan penurunan kualitas komunikasi berupa perusakan hubungan.

5. **Pemutusan** terjadi jika 2 individu tak mampu menyelesaikan konflik yang ada, maka pemutusan hubungan pun akan terjadi. Ini merupakan tahapan terburuk dalam sebuah hubungan karena mereka akan terpisah, meskipun kadang konflik mereda, atau kembali menegang, saling bermusuhan, dan mengakhiri hubungan tidak dengan cara baik-baik.

## **b. Teori *Self Disclosure***

Joseph Luth dan Harry Ingham mengemukakan teori *self disclosure* yang didasarkan pada model interaksi manusia. Asumsi ini membawa Joseph Luth dan Harry Ingham menciptakan suatu teori atau model sebagai salah satu cara untuk melihat dinamika *self awareness* yang berkaitan dengan perilaku, perasaan, dan motif manusia. Jendela Johari (Johari Window) adalah konsep komunikasi yang diperkenalkan oleh Joseph Luth dan Harry Ingram. Jendela Johari menggambarkan tingkat saling pengertian antar individu yang berinteraksi. Jendela ini menggambarkan tingkat keterbukaan yang dibagi dalam empat kuadran (Rakhmat, 2011: 106-107), yakni:

### *a. Open area* atau daerah terbuka (kuadran 1)

Daerah ini menggambarkan keadaan atau hal yang diketahui diri sendiri dan orang lain. Hal-hal tersebut meliputi motivasi, sifat, perasaan, perilaku, gagasan yang diketahui oleh diri sendiri dan orang lain. Macam-macam informasi seperti nama, jenis kelamin, dan lain-lain. Pada *open area*, individu melakukan pengelolaan kesan dan berusaha menampilkan diri dalam bentuk topeng. Ketika seseorang berkenalan dengan orang baru, ukuran kuadran 1 yang tidak terlalu besar akan membuka seiring pertukaran informasi yang di dapat dari interaksi. Apabila proses saling mengenal

tersebut terus berlanjut maka batas kuadran akan bergeser ke kanan dan ke bawah untuk memperbesar kuadran 1.

*b. Blind area* atau daerah buta (kuadran 2)

Disebut '*blind*' karena individu tersebut tidak mengetahui sifat, perasaan dan motivasi diri sendiri padahal orang lain mampu melihatnya. Bila berada dalam daerah ini, komunikasi cukup sulit terjalin karena komunikasi menuntut keterbukaan dari pihak-pihak yang terlibat, sementara salah seorang individu tidak memahami dirinya sendiri.

*c. Hidden area* atau daerah tersembunyi (kuadran 3)

Daerah ini merujuk kepada perilaku, perasaan, dan motivasi yang diketahui oleh diri kita sendiri, tetapi tidak diketahui oleh orang lain. Hal-hal yang disimpan di bersifat sangat pribadi atau rahasia yang memang sengaja disembunyikan dari orang lain. Akan tetapi apabila seseorang dapat memperlebar kuadran ini, maka terjadilah proses *selfdisclosure*. Apabila seorang individu telah mengungkapkan dirinya, diharapkan terjadi umpan balik (*feedback*) dari orang lain. Jika proses ini berlangsung secara seimbang, pengungkapan diri akan berlangsung dengan baik yang kemudian akan menjadi hubungan yang saling terbuka.

*d. Unknown area* atau daerah tidak dikenal (kuadran 4)

Daerah ini merupakan bagian yang merujuk kepada perilaku, perasaan, dan motivasi yang tidak diketahui, baik oleh diri kita sendiri ataupun oleh orang lain. Ini adalah informasi yang tenggelam di alam bawah sadar atau sesuatu yang luput dari perhatian.

Namun pada dasarnya, Luth berpendapat bahwa memperbesar daerah terbuka merupakan hal yang menyenangkan dan memuaskan karena tidak saja akan belajar untuk lebih mengenal dirinya sendiri dan memperluas wawasan akan tetapi juga membeberkan informasi mengenai dirinya sendiri sehingga orang lain dapat mengenali dirinya sendiri dengan baik.

### ***b. Teori Self Concept***

Konsep diri merupakan faktor penting dalam meningkatkan kemampuan beradaptasi seorang individu. Konsep diri diartikan sebagai deskripsi subjektif mengenai diri individu, berdasarkan hasil pemikiran dan persepsi individu tersebut pada dirinya sendiri (Beebe & Redmond, 2005:34)

Konsep diri merupakan cerminan dari diri kita yang sebenarnya dan apa yang kita inginkan untuk dilihat orang lain. Bagaimana positif maupun negatifnya konsep diri yang dimiliki seorang individu dapat dilihat dari beberapa kriteria yang ada dalam diri individu yang bersangkutan. Beebe dan Redmond (2005: 34-35) mengemukakan kriteria tersebut diantaranya adalah: 1) Sikap, merefleksikan apa yang disukai dan tidak disukai, bagaimana kita memberikan respon terhadap sebuah ide, objek maupun orang lain. 2) Kepercayaan, merupakan cara untuk memahami bagaimana realitas yang sedang terjadi. Sebagian besar kepercayaan didasari pada pengalaman yang telah terjadi sebelumnya. 3) Nilai, meliputi konsep baik dan buruk, benar dan salah.

Konsep diri diartikan sebagai seperangkat perspektif yang relatif stabil yang dipercaya mengenai dirinya. West dan Turner (2008:101) mengemukakan definisi konsep diri sebagai hal yang ingin ditampilkan seorang individu pada individu lainnya

yang dimulai dari pengamatan diri sendiri, kemudian menghasilkan gambaran dan penilaian diri.

Oleh karena itu berdasarkan hal tersebut dapat kita ketahui bahwa individu yang memiliki konsep diri yang positif akan lebih menghargai dirinya dan memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi untuk melakukan hubungan interpersonal.

### **c. Teori *Maintenance Relationship***

Teori yang dikemukakan oleh Laura Stanford and Canary (Little John and Karen A Foss, 2009: 840-841). Teori ini membahas tentang bagaimana cara menjaga hubungan dalam keadaan stabil, sehingga mencegah hubungan tersebut dari penurunan atau peningkatan. Pemeliharaan hubungan tersebut terdiri dari beberapa elemen, yakni: 1) Positivistik (*positivity*). Mencakup tingkah laku, seperti bekerja bersama, gembira, optimistik, tidak mengkritik, sabar, pemaaf, membantu pasangan membangun percaya diri lewat pujian dan penghargaan. 2) Keterbukaan (*openness*). Pengungkapan pikiran dan perasaan terhadap orang lain, mendiskusikan kualitas hubungan dan apa yang diinginkan dari hubungan tersebut. 3) Jaminan (*assurance*). Menekankan komitmen pada orang lain, mengisyaratkan bahwa hubungannya memiliki masa depan, menunjukkan cinta dan kesetiaan. 4) Jaringan (*Networks*). Meluangkan waktu untuk bersama-sama dan menunjukkan kesediaan untuk bersama keluarganya. 5) Berbagi tugas (*Sharing Task*). Berbagi tugas dan kewajiban.

## **1.6 Metode Penelitian**

### **1. Tipe Penelitian**

Tipe penelitian yang dipakai dalam penelitian ini yakni kualitatif, penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti misalnya persepsi, motivasi, perilaku, tindakan, dan hal lainnya secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah (Moleong, 2007 : 6).

### **2. Subyek Penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah wanita yang berusia dewasa akhir (>28 tahun) bekerja pada sektor yang berbeda dan tidak memiliki pasangan.

### **3. Jenis Data**

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teks dan katakata tertulis yang diperoleh dari hasil wawancara mendalam (*indepth interview*).

### **4. Sumber Data**

#### **a. Data Primer**

Menurut Sugiyono (2012: 225), sumber data primer merupakan sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data. Dengan kata lain, data primer merupakan data yang diperoleh peneliti secara langsung dengan terjun ke

lapangan, yakni berupa hasil wawancara mendalam yang dilakukan oleh peneliti dengan beberapa informan mengenai Komunikasi Antarpribadi dalam Upaya Mengatasi Depresi Kesepian Tanpa Pasangan.

#### **b. Data Sekunder**

Data sekunder merupakan data-data yang diperoleh peneliti darluar diri partisipan, baik secara lisan maupun tulisan. Data ini dapat berupa studi literatur terkait permasalahan penelitian, data dari instansi terkait, serta sumber informasi dari media massa seperti: surat kabar, majalah, internet, maupun media lainnya.

### **5. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui wawancara mendalam (*in depth interview*). Wawancara mendalam (*indepth interview*) adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan informan atau orang yang diwawancarai, dengan atau tanpa menggunakan pedoman (*guide*) wawancara, di mana pewawancara dan informan terlibat dalam kehidupan social yang relatif lama (Sutopo 2006: 72).

Wawancara dilakukan kepada tiga orang wanita untuk memperoleh informasi lebih mendalam mengenai permasalahan yang sedang diteliti. Wawancara dilakukan dengan menggunakan pedoman dan daftar pertanyaan yang telah disusun. Wawancara ini bersifat terbuka dengan maksud agar informan lebih bebas, lebih leluasa, dan tidak terpaksa dengan urutan pertanyaan sehingga materi pembicaraan dapat berkembang sesuai dengan yang diinginkan.

### **6. Analisis Data**

Analisis data yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini adalah teknik analisis data fenomenologi dari Von Eckartsberg (Moustakas, 1994: 15-16). Adapun langkah-langkahnya:

#### **1) Permasalahan dan Perumusan Pertanyaan Penelitian (*The Problem and Question Formulation – The Phenomenon*)**

Langkah pertama, peneliti berusaha menggambarkan fokus penelitian dengan memformulasikan pertanyaan dalam suatu cara tertentu yang dimengerti orang lain, yaitu dengan panduan wawancara.

Secara operasional, pertanyaan dalam penelitian ini adalah bagaimana komunikasi antarpribadi dalam upaya mengatasi depresi kesepian tanpa pasangan.

#### **2) Data Menghasilkan Situasi: Teks Pengalaman Kehidupan (*The Data Generating Situation – The Protocol Life Text*)**

Langkah kedua yang perlu dilakukan peneliti adalah memulai dengan narasi deskriptif berdasarkan hasil dialog (wawancara) dengan subjek penelitian, yakni tiga wanita dewasa akhir yang bekerja dan tidak memiliki pasangan.

#### **3) Analisis Data: Eksplikasi dan Interpretasi (*The Data Analysis – Explication and Interpretation*)**

Setelah data terkumpul, maka langkah terakhir yang perlu dilakukan peneliti adalah membaca dan meneliti secara cermat data tersebut untuk melengkapi makna dan bagaimana makna tersebut diinterpretasikan.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **1. Deskripsi Informan**

Informan pada penelitian ini berjumlah tiga orang. Mereka adalah tiga wanita yang berusia dewasa akhir (>28tahun), bekerja di sektor yang berbeda yaitu perbankan, asuransi dan pendidikan dan tidak memiliki pasangan. Informan I dan informan III berdomisili di Semarang dan informan II berdomisili di Batang. Ketiga informan dipilih berdasarkan kriteria subyek penelitian ini, mereka telah menjalani kehidupannya tanpa pasangan dengan status 2 orang single (belum menikah) dan satu orang single (janda) yang memiliki dua putri. Informan I bekerja di Bank Danamon Gayamsari, Semarang, Informan II adalah seorang pekerja di Asuransi Jiwa Bersama Buiputera, Batang dan informan III adalah seorang tenaga pendidik di salah satu perguruan tinggi swasta di Semarang.

### **2. Hasil Penelitian**

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pemicu dari terjadinya depresi kesepian tanpa pasangan adalah tidak dimilikinya seseorang yang spesial untuk memberikan waktu dan perhatiannya secara khusus kepada para informan penelitian ini ketika mereka merasa jenuh dan bosan dengan rutinitas sehari-hari ataupun ketika sedang menghadapi masalah. Konsep diri informan yang kesepian tanpa pasangan menunjukkan konsep diri yang positif dimana keterbukaan diri yang mereka miliki dengan orang lain pun semakin tinggi juga adanya partner khusus yang mereka miliki untuk berbagai cerita mengenai berbagai hal. Umumnya mereka memiliki sahabat sebagai orang yang dipilih untuk menjadi partner dalam berbagi cerita karena adanya kedekatan dan kenyamanan yang mereka rasakan apabila dibandingkan dengan keluarga.

## **KESIMPULAN**

### **1. Kesimpulan**

Salah satu kebutuhan manusia adalah ingin dicintai dan dimiliki oleh seseorang secara spesial. Apabila hal tersebut tidak terpenuhi maka bukan tidak mungkin manusia dapat mengalami depresi karena merasa kesepian tanpa hadirnya pasangan dalam hidupnya. Ada beberapa tanda depresi seperti berubahnya pola makan dan pola tidur yang berdampak pada menurunnya berat badan seseorang kemudian mudah marah, mudah lelah, sulit konsentrasi dan lainnya. Ketiga informan dalam penelitian ini mengalami tanda tersebut akan tetapi mereka tidak merasa terjadi depresi dalam dirinya. Hal ini dapat terjadi karena mereka menganggap hal tersebut lazim terjadi kepada setiap orang yang lelah atau jenuh menjalani rutinitas sehari-hari ataupun sedang menghadapi suatu masalah. Terpenuhinya kebutuhan mereka untuk berbagi

cerita dengan partnernya juga menjadi salah satu alasan mereka tidak merasa depresi. Konsep diri positif yang mereka miliki membuat mereka mau untuk bercerita secara terbuka kepada individu lain, sahabat lebih mereka pilih untuk menjadi partner dalam berbagi cerita karena mereka merasa lebih dekat dan aman juga percaya apabila dibandingkan dengan keluarga.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Budyatnya, Muhammad & Leila Ganiem. 2011. *Teori Komunikasi Antarpribadi*. Jakarta: Kencana.
- Denzin, Norman.K & Yvonna S.Lincoln, 2009. *Handbook of Qualitative Research*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rakhmat, Jalaludin. 2009. *Psikologi Komunikasi Cetakan Keduapuluhtujuh*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- DeVito, Joseph A. 2011. *Komunikasi Antar Manusia*. Tangerang Selatan : Karisma Publising Group.
- Enung, Fatimah. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Pustaka Setia.
- Kurniawati, Nia Kania. 2014. *Komunikasi Antarpribadi : Konsep dan Teori Dasar*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Liliwari, Alo. 1991 . *Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung : PT Citra Aditya Bakti.
- Moleong, Lexy.J. 2004. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- <http://news.okezone.com/read/2015/10/14/338/1231503/diduga-depresi-seorang-wanita-ingin-loncat-dari-mal> diakses pada tanggal 27 Februari 2016 pukul 22.09 WIB.
- <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14515/1/10E01027.pdf> . Diakses pada hari Rabu tanggal 15 Maret 2015 pukul 02.43 WIB.