

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DAN *PERCEIVED SOCIAL*
SUPPORT DENGAN KESEPIAN PADA DEWASA AWAL YANG LAJANG
DI PULAU JAWA**



SKRIPSI

Disusun oleh:

KAMILA AZZAHRA

NIM 19107010074

Dosen Pembimbing:

Rita Setyani Hadi Sukirno, S. Psi., M.Psi., Psikolog

NIP: 19830501 201503 2 006

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah:

Nama : Kamila Azzahra

NIM : 19107010074

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan kesungguhan bahwa skripsi dengan judul “**Hubungan Harga diri dan Perceived Social Support dengan Kesenjangan pada Dewasa Awal yang Lajang di Pulau Jawa**” merupakan hasil karya saya sendiri. Dalam skripsi tidak terdapat hasil penulisan yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat unsur plagiasi karya penulisan orang lain.

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 1 Februari 2025

Yang Menyatakan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Kamila Azzahra
NIM. 19107010074

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

di Tempat

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh,

Setelah memeriksa, mengarahkan, dan melakukan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing skripsi saudara:

Nama : Kamila Azzahra

NIM : 19107010074

Prodi : Psikologi

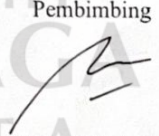
Judul : Hubungan antara Harga diri dan *Perceived social support* dengan Kesenian pada Dewasa Awal yang Lajang di Pulau Jawa

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana strata satu (S1) Psikologi. Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggung jawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarokatuh,

Yogyakarta, 19 Februari 2025

Pembimbing


Rita Setyani Hadi Sukirno, S.Psi., M.Psi., Psikolog

NIP. 19830501 201503 2 006

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-341/Un.02/DSH/PP.00.9/03/2025

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan antara Harga diri dan *Perceived Social Support* dengan Keseharian pada Dewasa Awal yang Lajang di Pulau Jawa.

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : KAMILA AZZAHRA
Nomor Induk Mahasiswa : 19107010074
Telah diujikan pada : Selasa, 04 Maret 2025
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 67d18e68e9d3d



Penguji I

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi
SIGNED

Valid ID: 67cfb117bc64e



Penguji II

Syaiful Fakhri, S.Psi., M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 67cfb17915a55



Yogyakarta, 04 Maret 2025
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 67d262240a00e

MOTTO

مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ

“Tuhanmu tidak meninggalkan engkau (Muhammad) dan tidak (pula)
membencimu”- Quran 93:3 (Surah Ad-Duha)

“If you aim to be something you are not, you will always fail. Aim to be you. Aim to look and act and think like you. Aim to be the truest version of you. Embrace that you-ness. Endorse it. Love it. Work hard at it. And don't give a second thought when people mock it or ridicule it. Most gossip is envy in disguise.”

- Matt Haig, The Midnight Library

“If clouds are blocking the sun, there will always be a silver lining that reminds me to keep on trying” - Silver Linings Playbook

“The scary news is, you're on your own now. But the cool news is, you're on your own now.” - Taylor Swift

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini hingga akhir.

Kepada Ibu Susilowati S.Sos. dan Bapak Ariedoni Setiarta S.H. yang tidak putus memanjatkan doa untuk kelancaran selama proses penelitian ini serta senantiasa memberikan motivasi bagi penulis. Terimakasih atas kesabarannya dan terimakasih telah senantiasa memberikan kasih sayang tanpa syarat kepada penulis. *Despite the fact that I continuously letting you down, thank you for not giving up on me. May Allah gave Mama and Ayah a long life full of blessing and happiness.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Sholawat dan salam tak lupa tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW yang telah menuntun manusia menjadi makhluk yang berakhlak mulia. Skripsi dengan judul “Hubungan antara Harga Diri dan *Perceived Social Support* dengan Kesepian pada Dewasa Awal yang Lajang di Pulau Jawa” diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi (S. Psi).

Selama penyusunan skripsi ini, peneliti mendapat banyak dukungan, bantuan, motivasi, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti akan menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi, S. Ag., M.A., M.Phil., Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S. Psi., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Denisa Apriliawati, S. Psi., M. Res., selaku Ketua Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Dr. Raden Rachmy Diana, S. Psi., M.A., Psi, selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan nasihat dan dukungan kepada peneliti.
5. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku Dosen pembimbing Skripsi yang telah memberikan pengarahan dan dukungan kepada peneliti sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Ibu Sara Palila, S. Psi., M.A., Psi selaku Penguji I yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.

7. Bapak Syaiful Fakhri, S.Psi., M.Psi. selaku Penguji II yang telah meluangkan waktu dan memberikan saran kepada peneliti sehingga tugas akhir ini dapat menjadi lebih baik dari sebelumnya.
8. Seluruh Dosen dan Staff prodi Psikologi Fakultas Ilmu sosial dan Humaniora yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman kepada peneliti selama menempuh studi.
9. Bapak Ariedoni Setiarta dan Ibu Susilowati yang memberikan dukungan materiil dan moril kepada penulis. Senantiasa mengirimkan doa untuk kelancaran penulis dalam proses penelitian.
10. Benji, terimakasih sudah hadir dan mewarnai hidup penulis. *Thank you for always being there for me.* Archie dan Chester, *having you guys as a pet is a blessing for me. Thank you for existing.*
11. Alin Hasna Fadhila, adik perempuan pertama yang menginspirasi penulis untuk terus pantang menyerah dengan menunjukkan perjuangannya melawan penyakit kronis. *Live for a long time so we could bicker in our 70s and I still want to see you grow old with wrinkles and grey hair.*
12. Aisyah Farhana, adik perempuan kedua penulis yang selalu menghibur penulis dengan tingkah lucunya.
13. Yulia Riski Nugraheni, teman dekat yang tulus memberikan nasihat dan motivasi kepada penulis. Senantiasa memberikan pertolongan, hiburan dan menenangkan penulis untuk tetap optimis dalam banyak hal. Terimakasih telah berjuang dan berproses bersama dalam suka dan duka sejak awal masa perkuliahan hingga saat ini berlanjut menjadi rekan kerja.
14. Mila Nur Kamila, teman dekat penulis sejak masa SMA yang memberikan penghiburan, dukungan dan pendengar keluh kesah penulis.
15. Nabila Ayunani, teman dekat yang terlihat dingin namun merupakan pribadi yang hangat dan senantiasa memberikan dukungan kepada penulis.
16. Savira, biasa dipanggil bu vira yang selama ini menjadi teman berkeluh kesah, teman ngopi dan teman seperjuangan sejak awal kuliah hingga masa penulisan tugas akhir. Ajeng, teman seperjuangan yang kebersamai

penulis sejak awal kuliah hingga saat ini dan Anis, teman satu bimbingan dan seperjuangan yang memberikan dukungan pada penulis.

17. Cisma dan Patria, teman sejak SMA yang selalu memberikan masukan dan dukungan kepada penulis untuk pantang menyerah dalam menyelesaikan tugas akhir.
18. Teman-teman Psikologi kelas C Angkatan 2019 yang telah kebersamai penulis selama menempuh studi.
19. Terimakasih kepada seluruh responden yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, atas kesediaannya penelitian ini dapat selesai hingga akhir.
20. Terimakasih kepada seluruh kolega yang telah kebersamai penulis selama proses penelitian yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, semoga Allah senantiasa membalas seluruh kebaikan yang telah diberikan.

Yogyakarta, 13 Februari 2025

Yang Menyatakan,



Kamila Azzahra

NIM. 19107010074

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING SKRIPSI	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR/BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian.....	10
C. Manfaat Penelitian.....	10
1. Manfaat Teoritis	10
2. Manfaat Praktis.....	10
D. Keaslian Penelitian.....	11
BAB II DASAR TEORI.....	24
A. Kesepian	24
1. Pengertian Kesepian	24
2. Aspek - Aspek Kesepian	26
3. Faktor - Faktor Kesepian.....	29
B. Harga Diri.....	31
1. Pengertian Harga Diri.....	31
2. Dimensi Harga Diri	32
C. Perceived Social Support	34
1. Pengertian Perceived Social Support.....	34
2. Dimensi Perceived Social Support	36
D. Dewasa Awal.....	39

E. Dinamika Hubungan Harga Diri, Perceived Social Support dan Kesenian.....	40
F. Hipotesis.....	45
BAB III METODE PENELITIAN.....	47
A. Desain Penelitian.....	47
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	47
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	47
D. Populasi dan Sampel.....	50
E. Teknik Pengumpulan Data.....	52
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	57
G. Teknik Analisis Data.....	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	61
A. Orientasi Kacah.....	61
B. Persiapan Penelitian.....	61
1. Persiapan Administrasi.....	61
2. Persiapan Alat Ukur.....	62
3. Pelaksanaan Uji Coba Aitem.....	63
4. Hasil Uji Coba.....	64
5. Pelaksanaan Penelitian.....	65
B. Hasil Penelitian.....	66
1. Analisis Deskriptif.....	66
2. Hasil Kategorisasi Subjek Penelitian.....	69
3. Uji Asumsi Klasik.....	72
4. Uji Hipotesis.....	76
C. Pembahasan.....	79
BAB V KESIMPULAN & SARAN.....	84
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA.....	86
LAMPIRAN.....	93
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	153

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	12
Tabel 2. Kriteria penilaian aitem.....	53
Tabel 3 Blueprint UCLA Loneliness scale Version 3.....	53
Tabel 4. Kriteria Penilaian Aitem	54
Tabel 5. Blueprint Self-esteem Scale	55
Tabel 6. Kriteria Penilaian aitem	56
Tabel 7. Blueprint Multidimensional scale of perceived social support.	56
Tabel 8. Data Demografi Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin	66
Tabel 9. Data Demografi Berdasarkan Wilayah	66
Tabel 10. Data Demografi Berdasarkan Usia	67
Tabel 11. Deskripsi statistik.....	68
Tabel 12. Kategorisasi Skor Harga Diri.....	69
Tabel 13. Kategorisasi Skor Perceived social support	70
Tabel 14. Kategorisasi Skor Kesepian	71
Tabel 15. Uji Normalitas Data Residual Harga diri, Perceived Sosial Support dan Kesepian.....	72
Tabel 16. Uji linearitas Data Residual Harga diri, Perceived Sosial Support dan Kesepian.....	73
Tabel 17. Hasil Uji Multikolinearitas.....	74
Tabel 18. Hasil Uji Heterokedastisitas.....	74
Tabel 19. Hasil Uji Autokorelasi	75
Tabel 20. Keputusan Autokorelasi	75
Tabel 21. Hasil Output Uji F.....	76
Tabel 22. Hasil Uji T (Uji Hipotesis).....	77
Tabel 23. Hasil Output Koefisien Determinasi	78
Tabel 24. Kriteria Penilaian Korelasi Berganda.	79

DAFTAR GAMBAR/BAGAN

Gambar 1. Preliminary Study.....	6
Gambar 2. Bagan Dinamika Hubungan Antara Harga Diri dan Perceived Social Support dengan Kesepian pada Dewasa Awal yang Lajang di Pulau Jawa.....	45
Gambar 3. Kategorisasi Skor Harga Diri	70
Gambar 4 . Kategorisasi Skor Perceived Social Support.....	71
Gambar 5. Kategorisasi skor Kesepian	72



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 2. Hasil Penerjemah Tersumpah Skala UCLA Loneliness Version 3 ..	95
Lampiran 3. Bukti Validasi Skala	98
Lampiran 4. Hasil Perhitungan Aiken V Skala UCLA Loneliness version 3	108
Lampiran 5. Alat Ukur Skala UCLA Loneliness version 3 Untuk Uji Coba	109
Lampiran 6. Tabulasi Data Tryout Skala Loneliness UCLA version 3	111
Lampiran 7. Output Seleksi Aitem Skala UCLA Loneliness version 3	113
Lampiran 8. Hasil Uji Reliabilitas	113
Lampiran 9. Instrumen Penelitian Variabel Harga Diri	114
Lampiran 10. Instrumen Penelitian Variabel Perceived Social Support	115
Lampiran 11. Instrumen Penelitian Variabel Kesepian	116
Lampiran 12. Tabulasi Data Skala Harga Diri	118
Lampiran 13. Tabulasi Data Skala Perceived Social Support	124
Lampiran 14. Tabulasi Data Skala UCLA Loneliness Version 3	130
Lampiran 15. Output Demografi	136
Lampiran 16. Ouput Deskripsi Statistik	146
Lampiran 17. Output Kategorisasi Skala Harga Diri	146
Lampiran 18. Output Kategorisasi Skala Perceived Social Support	146
Lampiran 19. Output Kategorisasi Skala Kesepian	147
Lampiran 20. Output Uji Asumsi	148
Lampiran 21. Output Uji Hipotesis	151
Lampiran 22. Lembar Kesiediaan Subjek Penelitian	152
Lampiran 23. Data Preliminary Study	152

Hubungan Antara Harga Diri dan *Perceived Social Support* dengan Kesepian pada Dewasa Awal yang Lajang di Pulau Jawa

Kamila Azzahra

19107010074

INTISARI

Fenomena yang saat ini terjadi adalah meningkatnya jumlah dewasa awal yang lajang. Tugas perkembangan pada rentang usia dewasa awal adalah menjalin hubungan romantis, sehingga jika tidak terpenuhi individu akan mengalami kesepian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara harga diri dan *perceived social support* dengan kesepian pada dewasa awal yang lajang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan sejumlah 216 responden. Responden dalam penelitian ini terdiri dari 180 perempuan dan 36 laki-laki yang berstatus lajang dan berada pada masa dewasa awal (20-40 tahun). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* yaitu *quota sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel harga diri adalah *Rosenberg self-esteem scale (RSES)* oleh Rosenberg yang diterjemahkan ke Bahasa Indonesia oleh Azwar. Variabel *perceived social support* menggunakan alat ukur *Multidimensional scale of perceived social support* oleh Zimet versi Bahasa Indonesia oleh Laksmi dkk. Sedangkan kesepian diukur menggunakan adaptasi *UCLA loneliness scale version 3* dari Russel yang diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh peneliti dan diterjemahkan oleh penerjemah tersumpah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri dan *perceived sosial support* dengan kesepian pada dewasa awal yang lajang. Semakin tinggi tingkat harga diri dan *perceived social support* pada dewasa awal yang lajang maka semakin rendah tingkat kesepiannya, begitu juga sebaliknya. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan bahwa persentase hubungan variabel bebas (X1 dan X2 atau Harga diri dan *Perceived social support*) terhadap variabel terikat (Y atau kesepian) secara simultan (bersama-sama) adalah sebesar 0,472 atau 47,2%.

Kata Kunci: Kesepian, Harga Diri, *Perceived Social Support*, Dewasa Awal yang Lajang

***The Relationship Between Self-esteem and Perceived Social Support with
Loneliness on Single Emerging Adults in Java Island***

Kamila Azzahra

19107010074

Abstract

The current phenomenon is the increasing number of single emerging adults. The developmental task in the emerging adult age range is to establish a romantic relationship, so if it is not fulfilled individuals will experience loneliness.. This study aims to determine whether there is a relationship between self-esteem and perceived social support with loneliness in single emerging adults. This study used a correlational quantitative method with a total of 216 respondents. Respondents in this study is single emerging adults(20-40 years) consist of 180 women and 36 men. Sampling in this study using non probability sampling technique, namely quota sampling. The measuring instrument for self-esteem is the Rosenberg self-esteem scale (RSES) by Rosenberg translated into Indonesian by Azwar. The perceived social support uses the Multidimensional scale of perceived social support by Zimet translated to Indonesian by Laksmi et al. Meanwhile, loneliness was measured using an adaptation of the UCLA loneliness scale version 3 from Russell which was adapted to Indonesian by researchers and translated by a sworn translator. The results of this study indicate that there is a negative relationship between self-esteem and perceived social support with loneliness in single emerging adults.. The higher level of self-esteem and perceived social support in single emerging adults, indicates lower level of loneliness, and vice versa. The results of this study indicate that the percentage of the relationship between the independent variables (X1 and X2 or Self-esteem and Perceived social support) on the dependent variable (Y or loneliness) simultaneously (together) is 0.472 or 47.2%.

Keywords: Loneliness, Self-esteem, Perceived Social Support, Single Emerging adults

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehidupan manusia melewati berbagai macam masa perkembangan dimulai dari prenatal yaitu masa dalam kandungan, bayi, kanak-kanak, remaja hingga masa dewasa (Santrock, 2019). Masa dewasa terbagi menjadi dewasa awal, dewasa akhir dan dewasa madya. Pada masa dewasa awal individu memasuki tahap permulaan menginjak masa dewasa (Hurlock, 2011). Masa dewasa awal atau disebut juga *emerging adulthood* yang merupakan masa peralihan seseorang dari masa remaja menuju masa dewasa (Santrock, 2019). Erik Erikson menjelaskan bahwa rentang usia dewasa awal adalah 20-40 tahun (Krismawati, 2018).

Masa dewasa awal merupakan fase individu untuk memulai menata masa depan (Santrock, 2019). Salah satu tugas perkembangan dalam fase dewasa awal adalah membentuk hubungan romantis (Arnett, 2014). Pada umumnya, individu yang berada dalam fase dewasa awal telah menjalin hubungan romantis dengan lawan jenis (Arnett, 2014). Pernyataan ini didukung oleh Koropecjy-Cox (dalam Santrock, 2019) yang menyatakan bahwa individu dalam masa dewasa awal umumnya menghadapi masalah terkait membentuk hubungan secara intim dengan lawan jenis. Dengan demikian, hubungan romantis merupakan salah satu faktor yang memiliki peran penting dalam perkembangan individu (Arnett, 2014).

Erik Erikson (dalam Santrock, 2019) menyatakan bahwa memasuki masa dewasa awal salah satunya ditandai oleh tahapan *intimacy vs isolation* dimana individu memiliki tugas perkembangan untuk membentuk hubungan secara dekat

atau intim dengan lawan jenis. Berdasarkan teori Erikson (Santrock, 2019) yaitu *intimacy vs isolation* diketahui bahwa salah satunya akan dialami oleh individu. Dengan demikian, individu yang menjalin hubungan secara dekat atau intim tidak akan mengalami *isolation*. Akan tetapi, bagi individu yang tidak memiliki hubungan dekat atau intim dengan lawan jenis akan mengalami *isolation*. Oleh sebab itu, apabila tugas perkembangan ini tidak dicapai yaitu ketika individu tidak menjalin hubungan secara intim/dekat dengan lawan jenis maka individu akan menghasilkan isolasi (*isolation*). Berdasarkan penjelasan di atas, disimpulkan bahwa individu akan merasa terisolasi dari teman-teman sebaya dan akhirnya timbul perasaan kesepian (Santrock, 2019).

Berdasarkan data BPS tercatat bahwa pada tahun 2023 terdapat sebanyak 68,29 % dewasa awal di Indonesia yang tidak memiliki pasangan romantis (DataIndonesia, 2024). Fenomena kenaikan angka dewasa awal yang lajang di Indonesia sejalan dengan persentase pernikahan yang kian menurun terutama dalam satu dekade terakhir (cnbcindonesia.com). Angka pernikahan di Indonesia pada tahun 2023 tercatat mengalami penurunan sebanyak 7,51% jika dibandingkan dengan data angka pernikahan di tahun 2022 (databoks.katadata.co.id). Berdasarkan data yang tertera di databoks.katadata.co.id (2024) tren pernikahan di Indonesia dalam satu dekade mengalami penurunan dengan catatan tertinggi di tahun 2013 sebanyak 2,21 juta angka pernikahan. Data BPS menunjukkan bahwa semenjak tahun 2019 angka pernikahan di Indonesia secara konsisten terus menurun. Pada tahun 2023 tercatat terdapat 1,58 juta pernikahan di Indonesia yang merupakan angka terendah dalam satu dekade terakhir.

Persentase dewasa awal yang lajang tahun 2023 terlihat mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan tahun 2022 dengan persentase 64, 56 % dewasa awal yang berstatus lajang. Jika dilihat berdasarkan wilayah tercatat Pulau Jawa masih mendominasi dengan jumlah dewasa awal berstatus lajang tertinggi berada di Provinsi DKI Jakarta dengan angka 80%. Selanjutnya, data dewasa awal yang lajang di Provinsi Banten juga tercatat cukup tinggi dengan angka 75%. Sementara itu, persentase terendah berada di Kalimantan Tengah dengan jumlah 62 %. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa saat ini terjadi kenaikan persentase dewasa awal yang belum menikah.

Fenomena penurunan angka pernikahan tidak hanya terjadi di Indonesia tetapi ditemui juga di Amerika Serikat. Menunda pernikahan menjadi tren di Amerika Serikat yang mengakibatkan melonjaknya angka dewasa awal yang melajang (Santrock, 2019). Data dari US Census Bureau (dalam Santrock, 2019) mencatat pada tahun 2016 sebanyak 45,2 persen dewasa awal melajang di Amerika Serikat.

Individu yang lajang terdapat dua tipe yaitu *voluntary* dan *involuntary* (Gazadinda dkk, 2021). Status lajang secara *voluntary* dimaknai sebagai pilihan individu untuk tidak memiliki pasangan (Adamczyk, 2017). Dengan demikian, seseorang yang melajang secara *voluntary* berarti memilih untuk sendiri tanpa adanya pasangan romantis. Sementara itu, status lajang *involuntary* pada individu adalah tidak adanya kesediaan untuk menjadi lajang. Oleh sebab itu, kesendirian individu bukan karena kemauan diri sendiri melainkan disebabkan oleh faktor eksternal (Adamczyk, 2017).

Selanjutnya, peneliti melakukan survey terhadap 29 responden dalam kategori usia dewasa awal yang saat ini berstatus lajang. Hasil *preliminary study* menunjukkan bahwa 65,5 % memilih untuk menjadi lajang sementara 34,5 % berstatus lajang secara *involuntary* akibat berbagai faktor eksternal. Berdasarkan hasil studi pendahuluan terhadap 29 responden ditemukan beberapa alasan responden memilih untuk menjadi lajang secara *voluntary*. Alasan yang dominan diungkapkan oleh responden adalah karena memilih untuk fokus dengan mengembangkan diri dari segi karier dan pendidikan. Selanjutnya, sebagian responden mengungkapkan bahwa belum merasa stabil secara finansial sebab menurut responden memiliki pasangan perlu tanggung jawab yang besar. Alasan lain yang diungkapkan beberapa responden yaitu adanya pengalaman negatif di masa lalu terkait hubungan romantis. Sementara itu, alasan yang dominan diungkapkan oleh responden lajang secara *involuntary* adalah belum menemukan pasangan yang cocok.

Hasil dari *preliminary study* yang dilakukan peneliti di dukung oleh pernyataan yang dikutip dari artikel vice.com (2020) oleh Deputy Bidang Statistik Sosial BPS (Badan Pusat Statistik) Sri Hasbullah bahwa “BPS menilai perilaku masyarakat akan cenderung lebih privat”. Sehingga Sri Hasbullah (dalam vice.com, 2020) menilai adanya kecenderungan individu menunda menikah akibat kesibukan dan mobilitas individu yang tinggi. Hal ini sejalan dengan data BPS (Badan Pusat Statistik) di tahun 2023 bahwa terdapat peningkatan jumlah dewasa awal yang memilih untuk melajang dalam satu dekade terakhir (cnbcindonesia.com). Dengan demikian, peningkatan angka dewasa awal yang

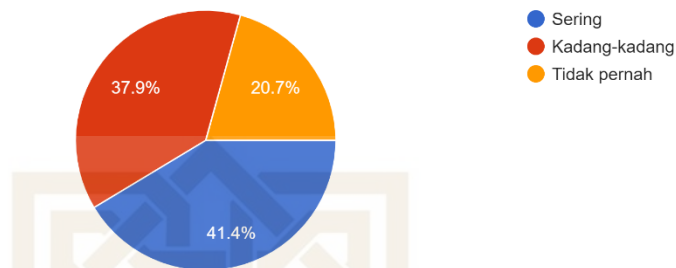
memilih berstatus lajang dan menunda pernikahan menjadi sebuah fenomena baru di Indonesia.

Individu yang berada pada masa dewasa awal dan berstatus lajang atau sedang tidak memiliki pasangan akan cenderung mengalami kesepian (Batara & Kristianingsih, 2020). Menurut Perlman & Peplau (1998) seseorang yang lajang dan memiliki keinginan untuk menikah namun belum mendapatkan pasangan akan cenderung merasakan kesepian. Perasaan kesepian dialami sebab individu mulai memasuki tahap untuk memulai membentuk keluarga, mendapatkan pekerjaan dan teman (Batara & Kristianingsih, 2020). Santrock (2019) juga mengungkapkan bahwa individu dalam usia dewasa awal menghadapi tantangan yaitu adanya tuntutan dari masyarakat yang berorientasi pada hubungan romantis, pernikahan dan membentuk keluarga. Pernyataan tersebut didukung oleh Bella De Paulo (dalam Santrock, 2019) yang mengungkapkan bahwa dewasa awal yang berstatus lajang menghadapi tuntutan untuk memiliki hubungan dekat dengan orang lain dan dihadapkan pada situasi dimana orang di sekitarnya memprioritaskan hubungan romantis sehingga kemudian timbul perasaan kesepian.

Peneliti melakukan *preliminary study* terhadap 29 responden yang berada dalam rentang usia dewasa awal dan saat ini tidak memiliki pasangan romantis atau berstatus lajang. Hasil dari studi pendahuluan menunjukkan bahwa 41,4% merasa sering terisolasi dari lingkungan sekitar sementara 37,2 % kadang-kadang dan sekitar 21,4% tidak. Hasil ini menunjukkan bahawa mayoritas responden dewasa awal yang berstatus lajang merasa terisolasi dari lingkungan sekitarnya.

Gambar 1. Preliminary Study

Seberapa sering anda merasa terisolasi dari lingkungan sekitar?
29 responses



Sejalan dengan hasil *preliminary study* tersebut, survey yang dilakukan oleh Artiningsih & Savira (2021) kepada sebanyak 63 dewasa awal di Surabaya ditemukan hasil sebanyak 55,6% individu yang memasuki usia dewasa awal mengaku mereka memiliki perasaan negatif akan kondisinya yaitu timbulnya perasaan kesepian dan kosong ketika melihat teman-teman yang seusia memiliki pasangan.

Kesepian menurut Baron & Byrne (2005) merupakan perasaan negatif yang dirasakan individu sebab hubungan sosial yang ia dapatkan dirasa tidak menyenangkan dan tidak sesuai dengan harapan individu. Menurut Weiss (dalam Pleplau & Perlman, 1982). Seseorang yang kesepian akan mengalami berbagai perasaan negatif seperti stress, depresi, kemarahan pada orang lain, kesedihan dan kurangnya rasa percaya diri (Pleplau & Perlman, 1998). Kesepian terbagi menjadi dua yaitu *emotional loneliness* dan *social loneliness*. Kemunculan *emotional loneliness* atau kesepian secara emosional dapat diakibatkan oleh tidak adanya kelekatan emosional yang dirasa dekat sedangkan *social loneliness* atau kesepian

secara sosial adalah adanya kekurangan jaringan sosial pada individu (Pleplau & Perlman, 1982). *Emotional loneliness* sendiri dibagi menjadi dua, yaitu *romantic emotional loneliness* yang berkaitan dengan hubungan yang dekat atau intim dengan pasangan romantis dan *family emotional loneliness* yang berkaitan dengan hubungan yang dekat atau intim dengan keluarga (Pleplau & Perlman, 1982).

Kesepian merupakan perasaan negatif yang dirasakan individu dan pada akhirnya akan memengaruhi kehidupan individu (Baron & Byrne, 2005). Berbagai karakteristik negatif yang diasosiasikan dengan seseorang yang mengalami kesepian adalah perasaan tidak dicintai, merasa terisolasi, inferior, cenderung menghindari kontak sosial dan merasakan kemarahan pada orang lain (Pleplau & Perlman, 1998). Selain itu, perasaan negatif lainnya yang dimiliki oleh seseorang yang mengalami kesepian akan mengarah kepada kemarahan, depresi, paranoia, dan perasaan ditolak oleh lingkungan sekitar sehingga akan semakin menghindari kontak sosial.

Faktor yang memengaruhi kesepian menurut Pleplau & Perlman (1982) ada beberapa, yakni memiliki harga diri yang rendah dan sering merendahkan diri sehingga menjadi cenderung pemalu, beberapa orang memiliki keterampilan sosial (*social skills*) yang kurang baik sehingga kurang kontak sosial atau membatasi hubungan sosial dengan orang lain, dan adanya perasaan kurang mendapatkan dukungan atau memiliki tingkat *perceived social support* yang rendah.

Beberapa penelitian menunjukkan adanya korelasi antara *social support* dengan kesepian. Penelitian yang sebelumnya dilakukan pada narapidana dewasa awal yang lajang menunjukkan adanya korelasi antara *social support* dan kesepian,

bahwa jika tingkat *social support* yang tinggi maka tingkat kesepian akan rendah dan sebaliknya (Batara & Kristianingsih, 2020). Dalam penelitian Nandana dkk. (2023) terhadap mahasiswa yang melakukan perkuliahan *hybrid* selama pandemi COVID-19 menunjukkan bahwa *perceived social support* memiliki korelasi dengan kesepian dimana jika tingkat *social support* tinggi maka tingkat kesepian akan menurun.

Selain itu, beberapa penelitian mengkaitkan antara harga diri dengan kesepian. Penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa yang selama masa pandemi mengikuti pembelajaran daring menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara harga diri dengan kesepian mahasiswa. Ditemukan hasil jika harga diri mahasiswa tinggi maka tingkat kesepian akan semakin rendah dan sebaliknya (Mirah Yunita dkk, 2022).

Penelitian lain yang dilakukan di Polandia oleh Szcześniak dkk. (2020) kepada dewasa akhir menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif antara harga diri dan kepuasan hidup dengan kesepian. Ditemukan hasil bahwa semakin tinggi tingkat harga diri dan kepuasan hidup pada dewasa akhir maka semakin rendah tingkat kesepian dan sebaliknya. Sementara itu, penelitian dengan subjek dewasa awal yang lajang oleh Taufiqah (2024) yang mengenai harga diri dan kepuasan hidup dengan kesepian. Dalam penelitian tersebut, diketahui harga diri tidak memengaruhi kesepian.

Penelitian lainnya terkait kesepian oleh Sari & Listiyandini (2015) dengan variabel bebas resiliensi dilakukan kepada dewasa muda yang lajang. Dalam penelitian Sari & Listiyandini (2015) yang berjudul “*Hubungan Resiliensi dengan*

Loneliness pada dewasa muda lajang” disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mengkaitkan variabel-variabel selain resiliensi yang memiliki korelasi dengan kesepian. Selanjutnya, dalam penelitian Nurdiani & Mulyono (2014) mengenai pengaruh *attachment style* dan dukungan sosial terhadap kesepian menyarankan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti keterkaitan kesepian dengan variabel *self-esteem*.

Berdasarkan penjelasan di atas, beberapa peneliti terdahulu menyarankan untuk meneliti kesepian dengan variabel yang berkaitan dengan kesepian seperti harga diri dan *perceived social support*. Selain itu, beberapa penelitian terdahulu terkait harga diri dengan kesepian menunjukkan hasil yang inkonsisten sehingga peneliti perlu meneliti lebih lanjut mengenai keterkaitan harga diri dengan kesepian pada dewasa awal yang lajang.

Penelitian ini dapat membantu dalam memahami hubungan antara harga diri dan *perceived social support* dengan kesepian pada dewasa awal yang lajang. Penelitian mengenai kesepian yang dialami dewasa awal akan membantu memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai tantangan yang dihadapi kelompok yang berada dalam rentang usia ini. Oleh sebab itu, penelitian ini penting mengingat kesepian dapat berdampak pada banyak aspek kehidupan individu dan masyarakat.

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti terkait hubungan antara harga diri dan *perceived social support* terhadap kesepian khususnya kepada dewasa awal yang lajang. Sehingga, rumusan masalah dalam

penelitian ini yaitu: “Apakah ada hubungan antara harga diri dan *perceived social support* dengan kesepian dewasa awal yang lajang di Pulau Jawa?”

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dikaji dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan *perceived social support* dengan kesepian pada dewasa awal yang berstatus lajang di Pulau Jawa.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang psikologi. Khususnya menambah wawasan dalam bidang psikologi sosial dan psikologi perkembangan yang berkaitan dengan kesepian, *perceived social support* dan harga diri pada dewasa awal yang berstatus lajang di Pulau Jawa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Dewasa Awal

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada dewasa awal yang lajang, terutama memberikan informasi mengenai gambaran hubungan antara harga diri dan *perceived social support* dengan kesepian. Sehingga dapat menambah wawasan bagi dewasa awal yang lajang terkait *perceived social support* yang dapat diberikan oleh orang-orang sekitar.

b. Bagi Pembaca/Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada masyarakat luas akan harga diri, *perceived social support* dan kesepian. Selanjutnya, masyarakat dapat mengetahui keterkaitan antara variabel harga diri dan *perceived social support* dengan kesepian pada dewasa awal yang lajang.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pemahaman dan menjadi panduan bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti topik serupa. Khususnya yang berkaitan dengan tema harga diri, *perceived social support* dan kesepian.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian yang akan dikaji yaitu mengenai harga diri dan *perceived social support* dengan kesepian pada dewasa awal yang lajang di Pulau Jawa. Keaslian penelitian memuat beberapa penelitian yang sebelumnya telah dilakukan dan relevan dengan tema penelitian yang akan dikaji. Meskipun dalam karakteristik penelitian terdapat beberapa perbedaan seperti subjek penelitian, variabel penelitian, dan lokasi penelitian. Terdapat penelitian sebelumnya yang telah meneliti mengenai kesepian, harga diri dan *perceived social support*, berikut adalah *literature review* penelitian terdahulu

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti	Judul	Tahun	<i>Grand Theory</i>	Metode Penelitian	Alat Ukur	Subjek dan Lokasi	Hasil Penelitian
1	Chika Jonita Lestarie Pospos, Dahlia, Maya Khairani, Afriani	Dukungan sosial dan kesepian lansia	2022	Peneliti mengacu pada teori <i>loneliness</i> Perlman & Peplau (1984) dan teori dukungan sosial Sarason, Levine, Basham, dan Sarason (1983)	Kuantitatif korelasional	SSQ (<i>Social Support Questionnaire</i>) yang dibuat oleh Sarason, Sheerif, dan Pierce (1987) dan UCLA (University of California Los Angeles) <i>Loneliness Scale</i> versi 3.	80 lansia usia 60-69 tahun dan berdomisili di Banda Aceh.	Hasil penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial (baik elemen <i>perceived availability</i> maupun <i>satisfaction with available support</i>) dengan kesepian pada lansia (Popos dkk, 2022).
2	Mutiara Mirah Yunita, Kezia Isabel, Bertha Ernest Keziah, Melani Cristina	<i>Self-esteem</i> dan kesepian pada mahasiswa	2022	Peneliti mengacu pada teori <i>self-esteem</i> Roosenberg (1965) dan teori <i>loneliness</i> Daniel Wayne Russell (1996).	Kuantitatif korelasional	Skala <i>loneliness</i> UCLA versi 3 oleh Daniel Wayne Russel dan Rosenberg	214 Mahasiswa Universitas X di Jakarta dengan usia 18-20 tahun	Terdapat korelasi negatif antara kesepian dan <i>self-esteem</i> sehingga semakin tinggi tingkat <i>self-esteem</i> mahasiswa

	Natasya, Selviana Chandra Wijaya	selama pandemi				<i>Self-Esteem Scale</i> (RSES) yang dibuat oleh Morris Rosenberg.	yang mengikuti pembelajaran daring	maka semakin rendah tingkat kesepian dan sebaliknya (Mirah Yunita dkk., 2022).
3	Wu, N., Ding, F., Zhang, R., Cai, Y., & Zhang, H.	<i>The Relationship between Perceived Social Support and Life Satisfaction: The Chain Mediating Effect of Resilience and Depression among Chinese Medical Staff</i>	2022	Peneliti mengacu kepada teori perceived social support dari Zimet (1988). Teori kepuasan hidup Diener dkk (1985). Teori Resiliensi oleh Connor & Davidson (2003). Teori Depresi mengacu kepada Yi dkk (2012).	Kuantitatif korelasional	Peneliti menggunakan skala <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)</i> oleh Zimet (1988), skala <i>Satisfaction with Life Scale</i> (SWLS) dikembangkan oleh Diener dkk (1985), Versi China dari Connor–Davidson	Sampel berjumlah 533 staff medis di Shauguan, China dari 2 rumah sakit non-tersier. Data yang valid tercatat hanya 491 terdiri dari 403 perempuan dan 88 laki-laki.	Hasil penelitian mengungkapkan bahwa baik <i>perceived social support</i> dan resiliensi memiliki efek prediktif yang signifikan terhadap kepuasan hidup staff medis di China. Sementara itu, depresi mungkin berdampak buruk terhadap kepuasan hidup mereka. Bagi tenaga medis professional <i>perceived social support</i> dapat membantu mengatasi tekanan psikologis dan

						<i>Resilience Scale (CD-RISC)</i> digunakan mengukur resiliensi dibuat oleh Connor dan Davidson yang diterjemahkan Yu dkk (2007) <i>Depression, Anxiety, and Stress Scales (DASS-21)</i> oleh Yi dkk (2012)		melindungi dari dampak situasi dan peristiwa yang menimbulkan stress.
4	Małgorzata Szcześniak, Grażyna Bielecka, Daria Madej, Elżbieta Pieńkowska, Wojciech Rodzeń	<i>The Role of Self-Esteem in the Relationship Between Loneliness and Life Satisfaction in Late</i>	2020	Peneliti mengacu pada teori <i>self-esteem</i> Rosenberg dkk. (1995), teori <i>loneliness</i> De Jong Gierveld dkk. (2010) dan teori <i>life satisfaction</i> Musich dkk. (2014)	Kuantitatif korelasional	Loneliness diukur dengan <i>The De Jong Gierveld Loneliness Scale (DJGLS)</i> dibuat oleh de Jong dan Kamphuls,	Sampel berjumlah 176 lansia di Polandia dengan 65% perempuan dan 35% laki-laki. Data diambil sebelum	Hasil penelitian menunjukkan korelasi negatif antara <i>self-esteem</i> dan kepuasan hidup dengan kesepian pada lansia di Polandia. (Szcześniak dkk., 2020)

		<i>Adulthood: Evidence from Poland</i>				Rosenberg <i>Self-Esteem Scale</i> (RSES) yang dibuat oleh Morris Rosenberg dan <i>The Satisfaction with Life Scale</i> (SWLS) dibuat oleh Diener dkk	pandemi COVID 19 melalui format kertas dan pensil.		
5	Chih-Yuan Steven Lee dan Sara E. Goldstein	<i>Loneliness, Stress, and Social Support in Young Adulthood: Does the Source of Support Matter?</i>	2016	Peneliti mengacu pada teori <i>loneliness</i> (Koenig & Abrams 1999; Peplau & Perlman 1982; Qualter dkk. (2015).	Kuantitatif korelasional	<i>Loneliness</i> diukur dengan <i>UCLA Loneliness Scale</i> (UCLA-8; Hays and DiMatteo 1987), <i>Perceived Stress</i> diukur dengan versi pendek dengan 10 aitem dari <i>Perceived Stress Scale</i> (PSS-10; Cohen and	Sampel penelitian yaitu 636 mahasiswa universitas negeri menengah di wilayah Timur Laut Amerika Serikat. dari berbagai disiplin ilmu	Hasil penelitian menunjukkan masa dewasa muda merupakan masa transisi yang penting dimana kurangnya social support dapat meningkatkan kesepian. (Lee & Goldstein, 2016)	

						Williamson 1988), dan <i>sources of social support</i> diukur dengan <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (MSPSS; Zimet dkk. 1988),	dengan 80% perempuan dan 20% laki-laki.	
6	Ulfa Hasbiah, Rijal Abdillah, Andreas Corsini Widya Nugraha	Harga Diri 2023 Kesepian pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial	Peneliti mengacu pada teori <i>loneliness</i> oleh Brehm (2002) dan teori <i>self-esteem</i> Klass & Hodge (dalam Widodo & Pratitis, 2013)	Kuantitatif korelasional	Skala harga diri berdasarkan aspek-aspek yang disusun Coopersmith dan skala kesepian mengacu pada aspek-aspek yang dirumuskan oleh Septina & Priyanto	Sampel berjumlah 144 Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya usia 18-24 tahun yang aktif menggunakan media sosial sebagai	Terdapat korelasi positif antara harga diri dengan kesepian pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Bekasi. Hasil penelitian menunjukkan jika harga diri tinggi maka kesepian juga tinggi (Hasbiah dkk., 2023).	

								alat komunikasi minimal 2 dari media sosial berikut yaitu WhatsApp, Instagram, Twitter dan Facebook.	
7	Grace Ayunita Batara, Sri Aryanti Kristianingsih	Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesepian pada Narapidana Dewasa Awal Lajang	2020	Peneliti mengacu pada teori kesepian Russell (1996) dan teori dukungan sosial oleh Cutrona dan Russell (1987).	Kuantitatif korelasional	Skala Dukungan Sosial berdasarkan teori Cutrona dan Russell (1987) kemudian dimodifikasi penulis dan skala kesepian berdasarkan pada teori Russell (1996) dimodifikasi penulis	Sampel penelitian adalah narapidan dewasa awal lajang berusia 18-40 tahun di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Salatiga.	Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi negatif antara dukungan sosial dengan kesepian berarti semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah tingkat kesepian napi dan sebaliknya. (Batara & Kristianingsih, 2020).	

						menyesuaikan subjek penelitian.		
8	Dinda Marisa, Nelia Afriyeni	Kesepian dan <i>Self Compassion</i> Mahasiswa Perantau	2019	Penelitian mengacu pada teori loneliness (Russell, Cutrona, Rose & Yurko, 1984) dan teori <i>self-compassion</i> Neff (2011)	Kuantitatif korelasional	Skala kesepian adaptasi dari <i>UCLA Loneliness Scale (Version 3)</i> (Russell, 1996) dan Skala <i>self-compassion</i> adaptasi dari Neff <i>Self-Compassion Scale</i> (Neff, 2003b).	Sampel adalah mahasiswa perantau Universitas Andalas dengan jumlah 100 orang terdiri dari 50 laki-laki dan 50 perempuan.	Hasil penelitian yaitu terdapat korelasi negatif antara <i>self-compassion</i> dengan kesepian berarti semakin tinggi <i>self-compassion</i> maka semakin rendah tingkat kesepian mahasiswa rantau (Marisa & Afriyeni, 2019).
9	Jingjing Zhao, Feng Kong, Yonghui Wang	<i>The role of social support and self-esteem in the relationship between shyness and loneliness</i>	2013	Penelitian mengacu pada teori <i>Shyness</i> Buss (1985), teori <i>social support</i> dan <i>loneliness</i> (Perlman & Pleplum 1981), dan <i>self-esteem</i> Roosenberg (1965).	Kuantitatif korelasional	<i>Shyness</i> diukur dengan <i>Cheek and Buss shyness scale</i> (CBSS) yang dibuat oleh Cheek dan Buss (1981), <i>Multi-dimensional scale of perceived social support</i>	Sampel penelitian adalah 399 mahasiswa berusia 18-30 tahun di kota Xi'an yang berada di tengah China.	Hasil penelitian menunjukkan <i>Shyness</i> dan kesepian dimediasi oleh dukungan sosial. Penelitian ini menemukan bahwa orang pemalu menerima lebih sedikit dukungan sosial dari teman sebayanya.

						(MSPSS) dikembangkan oleh Zimet, Dahlem, Zimet, dan Farley (1988), <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i> (RSES) yang dibuat oleh Morris Rosenberg (1965), dan <i>Emotional and social loneliness scale</i> (ESLS) dikembangkan oleh Wittenberg dkk.		Selain itu, mahasiswa laki-laki di China yang pemalu memiliki <i>self-esteem</i> lebih rendah daripada perempuan (Zhao dkk., 2013).
10	I Putu Adiartha Nandana,	Diva	Hubungan antara <i>Perceived Social Support</i>	2023	Peneliti mengacu pada teori <i>loneliness</i> Perlman dan Peplau (1981) dan teori <i>perceived social</i>	Kuantitatif Korelasional <i>Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (MSPSS)	Sampel penelitian berjumlah 290 mahasiswa	Hasil penelitian menunjukkan terdapat korelasi negatif yang signifikan antara <i>loneliness</i> dengan

Ratna dan Rubiyanti	Jatnika, Yanti	dengan <i>Loneliness</i> pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19	<i>support</i> (1990)	Zimet dkk.	diadaptasi ke bahasa Indonesia oleh Naila & Takwin (2018) untuk mengukur <i>perceived social support</i> dan <i>loneliness</i> dengan <i>De Jong Gierveld Loneliness Scale</i> diadaptasi dari alat ukur Landmann dan Rohmann (2022), kemudian diadaptasi ke bahasa Indonesia melalui prosedur <i>forward-backward translation</i> .	Universitas Padjadjaran angkatan 2019-2021 yang sedang melaksanakan perkuliahan jarak jauh atau hybrid.	<i>perceived social support</i> pada mahasiswa Universitas Padjadjaran di masa pandemi Covid-19 (Nandana dkk., 2023)
---------------------	----------------	--	-----------------------	------------	--	---	--

Berdasarkan pemaparan penelitian-penelitian terdahulu pada tabel *literature review* diatas, diketahui terdapat beberapa kesamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan diteliti. Akan tetapi, penelitian-penelitian tersebut tidak sepenuhnya sama dengan penelitian yang berjudul “Hubungan antara harga diri dan *perceived social support* dengan kesepian pada dewasa awal yang lajang di Pulau Jawa”. Berikut merupakan penjelasan terkait poin-poin keaslian penelitian:

1. Keaslian Topik

Tema yang diangkat dalam penelitian ini adalah kesepian sebagai variabel bebas dengan harga diri dan *perceived social support* sebagai variabel tergantung. Berdasarkan tabel *literature review* diatas terdapat beberapa penelitian yang mengangkat topik serupa. Pada penelitian sebelumnya oleh Mirah Yunita dkk. (2022) dengan topik penelitian mengenai kesepian dan harga diri pada mahasiswa selama masa pandemi. Akan tetapi, terdapat perbedaan variabel dan subjek penelitian dengan topik yang diangkat oleh penulis. Kemudian, penelitian Popos dkk. (2022) mengenai dukungan sosial dan kesepian pada lansia di banda aceh memiliki perbedaan variabel, subjek dan lokasi penelitian. Selanjutnya, penelitian tugas akhir dengan topik kesepian mahasiswa ditinjau dari dukungan sosial dan *self-esteem* oleh Zunaizah (2021).

2. Keaslian Teori

Penelitian ini menggunakan teori acuan kesepian oleh Pleplau & Perlman (1982) yang mendefinisikan kesepian sebagai sebuah perasaan yang terjadi akibat

adanya pengalaman tidak menyenangkan yang timbul karena keinginan individu akan jumlah dan kualitas hubungan sosial yang diharapkannya tidak sesuai dengan kenyataan dalam arti lebih sedikit dan kurang memuaskan individu. Teori harga diri dalam penelitian ini mengacu pada teori Rosenberg (1965). Sedangkan *perceived social support* mengacu pada teori Zimet dkk (1988).

3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan beberapa alat ukur untuk mengumpulkan data diantaranya menggunakan UCLA *loneliness scale* version 3 yang disusun oleh Russell (1996) adaptasi versi Bahasa Indonesia oleh peneliti untuk mengukur tingkat kesepian. Pada variabel Harga diri diukur dengan *Rosenberg self-esteem scale* (RSES) yang dibuat oleh Morris Rosenberg dan diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Azwar (2017). Selanjutnya, untuk mengukur *perceived social support* menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang disusun oleh Zimet dkk. (1988) yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Laksmi dkk (2020). Berdasarkan penggunaan alat ukur, diketahui bahwa penelitian ini menggunakan alat ukur yang berbeda (adaptasi) dari penelitian sebelumnya.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah dewasa awal dengan rentang usia 20-40 tahun yang berstatus lajang atau sedang tidak memiliki pasangan romantis di Pulau Jawa. Berdasarkan *literature review* di atas terdapat perbedaan subjek dalam penelitian ini dengan penelitian-penelitian yang terdahulu. Perbedaan subjek pada

penelitian-penelitian sebelumnya yang meneliti terkait kesepian yaitu dalam penelitian Batara & Kristianingsih (2020) adalah narapidana dewasa awal lajang. Penelitian oleh Sari & Listiyandini (2015) memiliki kesamaan dalam subjek yaitu dewasa awal yang lajang namun terdapat perbedaan dalam populasi yaitu dalam penelitian ini memiliki populasi dewasa awal yang lajang di Pulau Jawa. .



BAB V

KESIMPULAN & SARAN

A. Kesimpulan

Setelah pemaparan olah data penelitian dan pembahasan yang telah dilaksanakan, peneliti menarik beberapa kesimpulan bahwa:

1. Hipotesis diterima artinya terdapat hubungan antara harga diri *dan perceived social support* dengan kesepian pada dewasa awal yang lajang di Pulau Jawa. Berdasarkan hasil output koefisien determinasi sebesar 0,472 atau dengan persentase 47,2% yang berarti terdapat korelasi dengan tingkat sedang.
2. Berdasarkan hasil uji hipotesis diketahui bahwa hubungan yang terjadi bersifat negatif artinya semakin tinggi tingkat harga diri pada individu maka semakin rendah tingkat kesepiannya, begitu pula sebaliknya. Pada variabel *perceived social support* diketahui hubungan yang terjadi bersifat negatif, artinya semakin tinggi tingkat *perceived social support* pada individu maka semakin rendah tingkat kesepiannya, begitu pula sebaliknya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab-bab sebelumnya, peneliti kemudian merumuskan beberapa saran bagi subjek penelitian yaitu dewasa awal yang lajang, bagi pembaca atau masyarakat umum dan bagi peneliti selanjutnya:

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi responden penelitian yaitu dewasa awal yang lajang diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi terkait hubungan antara harga diri dan *perceived social support* dengan kesepian. Dengan demikian, responden diharapkan untuk meningkatkan jaringan sosial dan mempererat hubungan dengan keluarga, teman-teman, kerabat dekat dan orang-orang yang dirasa spesial. Selain itu, responden diharapkan untuk meningkatkan rasa cinta pada diri sendiri dan memberikan penghargaan bagi diri sendiri agar tingkat *self-esteem* semakin tinggi sehingga tidak memicu terjadinya kesepian.

2. Bagi Masyarakat Umum/Pembaca

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi masyarakat umum terkait harga diri dan *perceived social support* dan keterkaitannya dengan kesepian bagi dewasa awal yang lajang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan topik penelitian ini dengan menggunakan faktor-faktor lainnya yang memengaruhi kesepian seperti keterampilan sosial atau *social skills*. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya dapat meningkatkan jumlah sampel sehingga data yang didapatkan semakin luas. Peneliti selanjutnya dapat mengeksplor penelitian terkait kesepian pada dewasa awal yang lajang dengan menggunakan metode kualitatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adamczyk K. (2017). *Voluntary and Involuntary Singlehood and Young Adults' Mental Health: an Investigation of Mediating Role of Romantic Loneliness*. *Current psychology* (New Brunswick, N.J.), 36(4), 888–904. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9478-3>
- Azwar, S. (2009). *Efek Seleksi Aitem Berdasarkan Daya Diskriminasi terhadap Reliabilitas Skor Tes*. *Buletin Psikologi*, 17(1), 28–32.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas & Validitas (4th ed)*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan Skala Psikologi (2nd ed.)*. Pustaka Pelajar.
- Balasubramani, Sneha dkk. (2023). *Perceived Social Support and Loneliness among Young Adults*. *International Journal of Humanities Social Science and Management (IJHSSM)*. Vol. 3, Issue, 2.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial (Jilid 2)*. Erlangga.
- Batara, G. A., & Kristianingsih, S. A. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesepian pada Narapidana Dewasa Awal Lajang*. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(1), 187. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i1.797>.
- Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). *A Theory of Self-Esteem*. *Social Forces*, 80(3), 1041–1068. <https://doi.org/10.1353/sof.2002.0003>.
- Cnbcindonesia.com. (21 Juni 2023). *Jumlah Gen Z Jomblo Melonjak, Bonus Demografi RI Terancam*. Diakses pada 20 Agustus 2023. <https://www.cnbcindonesia.com/research/20230620191054-128-447758/jumlah-gen-z-jomblo-melonjak-bonus-demografi-ri-terancam>.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedent of Self-esteem*. W.H Freeman and Company.
- Creswell, John W. (2014). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran (Edisi Keempat)*. Penerbit Pustaka Pelajar.

- Databoks.katadata.co.id. (29 Februari 2024) *Angka Pernikahan Turun pada 2023 Rekor Terendah Sedekade Terakhir*. Diakses pada 1 Maret 2024. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2024/02/29/angka-pernikahan-turun-pada-2023-rekor-terendah-sedekade-terakhir>.
- Databoks.katadata.co.id. (9 Januari 2024). *DKI Jakarta, Provinsi dengan Pemuda Belum Kawin Terbanyak Nasional 2023*. Diakses pada 30 September 2024. <https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/b7b8d4859d7cb73/dki-jakarta-provinsi-dengan-pemuda-belum-kawin-terbanyak-nasional-2023>.
- Dataindonesia.id. (5 Januari 2024). *Data Sebaran Pemuda Jomlo Menurut Provinsi di Indonesia*. Diakses 15 Agustus 2024. <https://dataindonesia.id/varia/detail/data-sebaran-pemuda-jomlo-menurut-provinsi-di-indonesia-pada-2023>.
- Eagle, D. E., Hybels, C. F., & Proeschold-Bell, R. J. (2019). *Perceived social support, received social support, and depression among clergy*. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(7), 2055-2073. <https://doi.org/10.1177/0265407518776134>
- Fakta.com (31 Januari 2024). *Banyak Pemuda Lajang, Malas Nikah atau Kejar Karier?* Diakses pada 19 Agustus 2024. <https://fakta.com/data/fkt-8325/banyak-pemuda-lajang-malas-nikah-atau-kejar-karier>.
- Gazadinda, R., Mutiara, M., & Pasaribu, C. (2021). *PENGARUH KESEPIAN DAN STATUS HUBUNGAN ROMANTIS TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA PEREMPUAN LAJANG DEWASA MUDA DI INDONESIA*. *JPPP: Jurnal Penelitian & Pengukuran Psikologi*, 10(02). <https://doi.org/10.21009/JPPP.102>.
- Ghozali, Imam. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hailey, V., Fisher, A., Hamer, M., & Fancourt, D. (2023). *Perceived Social Support and Sustained Physical Activity During the COVID-19 Pandemic*.

- International journal of behavioral medicine, 30(5), 651–662.
<https://doi.org/10.1007/s12529-022-10125-2>.
- Hasbiah, U., Abdillah, R., Corsini, A., Nugraha, W., Bhayangkara, U., Raya, J., Perjuangan, J., Bekasi, M., & Dki, J. (2023). *Harga Diri dan Kesepian pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial*. Journal on Education, 05(04).
- Hendryadi. (2014). Content Validity (Validitas Isi). TEORIONLINE PERSONAL PAPER, 1–5.
- Huang, H., Wan, X., Liang, Y., Zhang, Y., Peng, Q., Ding, Y., Lu, G., & Chen, C. (2022). *Correlations Between Social Support and Loneliness, Self-Esteem, and Resilience Among Left-Behind Children in Mainland China: A Meta-Analysis*. *Frontiers in psychiatry*, 13, 874905.
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.874905>.
- Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2006). *A short scale for measuring loneliness in large surveys*. *Journal research on aging*, 6(26), 655-672.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi Kelima). Penerbit Erlangga.
- Jateng.inews.id (8 Februari 2023). Kondisi Geografis Pulau Jawa Berdasarkan Peta: Luas, Batas hingga Bentang Alam. Diakses pada 20 Desember 2024.
<https://jateng.inews.id/berita/kondisi-geografis-pulau-jawa-berdasarkan-peta-luas-batas-hingga-bentang-alam>.
- Kasprzak, Elżbieta. (2010). *Perceived Social Support and Life Satisfaction*. *Polish Psychological Bulletin*, 41 (4), 144-154. DOI - 10.2478/v10059-010-0019-x.
- Krismawati, Y. (2018). Teori Psikologi Perkembangan Erik H. Erikson dan Manfaatnya Bagi Tugas Pendidikan Kristen Dewasa Ini. *Kurios*, 2(1), 46.
<https://doi.org/10.30995/kur.v2i1.20>.
- Laksmi OD, Chung M-H, Liao Y-M, Chang P-C (2020) *Multidimensional Scale of Perceived Social Support in Indonesian adolescent disaster survivors: A*

psychometric evaluation. PLoS ONE 15(3): e0229958.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229958>.

LAM, B. (2019). *Understanding Social Support. In Social Support, Well-being, and Teacher Development* (pp. 29–83). https://doi.org/10.1007/978-981-13-3577-8_2

Lee, C. Y. S., & Goldstein, S. E. (2016). *Loneliness, Stress, and Social Support in Young Adulthood: Does the Source of Support Matter?* Journal of Youth and Adolescence, 45(3), 568–580. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0395-9>

Ma, Mac & Liang, Jia-jie & Nan, Zeng & Jiang, Su & Liu, Tian. (2014). *The Relationship Between Self-Esteem and Loneliness: Does Social Anxiety Matter.* International Journal of Psychological Studies. 6. 10.5539/ijps.v6n2p151.

Marfuatunnisa, N., Firsya Difa, H., Thessalonica Oko, L., Sariling Ling, N., & Hananiah, R. (2023). *DINAMIKA WANITA DEWASA AWAL YANG LAJANG DALAM MENYIKAPI ROMANTIC LONELINESS.* Seurune, Jurnal Psikologi Unsyiah, 6(1), 29–58.

Marisa, D., & Afriyeni, N. (2019). *KESEPIAN DAN SELF COMPASSION MAHASISWA PERANTAU.* Psibernetika, 12(1).
<https://doi.org/10.30813/psibernetika.v12i1.1582>.

Mirah Yunita, M., Isabel, K., Ernest Keziah, B., Cristina Natasya, M., & Chandra Wijaya, S. (2022). *SELF-ESTEEM DAN KESEPIAN PADA MAHASISWA SELAMA MASA PANDEMI.* Jurnal Psikologi Malahayati (Vol. 4, Issue 2).

Mruk, Christopher J. (2006). *Self-esteem Research, Theory, and Practice Toward a Positive Psychology of Self-esteem.* 3rd Edition. Springer Company.

Nandana, I. P. D. A., Jatnika, R., & Rubiyanti, Y. (2023). *Hubungan antara Perceived Social Support dengan Loneliness pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19.* Journal Psikologi Sains & Profesi (Journal Of Psychological Science & Profession), 7(2), 103–114.
<https://jurnal.unpad.ac.id/jpsp/>

- Papalia, Diane E., Olds, Sally Wendkos., & Feldman, Ruth Duskin. (2022). *Human Development (Edition: 14)*. McGraw Hill.
- Pleplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. John Wiley & Sons.
- Pleplau, L. A., & Perlman, D. (1998). *Loneliness*. In: Friedman, H.S., Ed., *Encyclopedia of Mental Health*, Vol. 2, Hal 571-581. San Diego, Academic Press.
- Popos, C. J. L., Dahlia, Khairani, M., & Afriani. (2022). *DUKUNGAN SOSIAL DAN KESEPIAN LANSIA DI BANDA ACEH*. Seurune, Jurnal Publikasi Unsyiah, 5(1), 40–57.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Russell, D. W. (1996). *UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure*. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2.
- Santoso, S. (2010). *Mastering SPSS 18*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2010). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction* (7th ed). John Wiley & Sons.
- Sari, I. P., & Listiyandini, R. A. (2015). *HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN KESEPIAN (LONELINESS) PADA DEWASA MUDA LAJANG*. *Prosiding Arsitektur & Teknik Sipil*, 6, 45–51.
- Singh, Manli (2024). *Loneliness in Early Adulthood: The Roles of Self-Esteem and Locus of Control*. *The International Journal of Indian Psychology*. DOI: 10.25215/1201.125.

- Smet, Bart. (2004). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sorgi, A., Chen, P., Dean, S. C., Halpern, C. T., & Harris, K. M. (2016). *Characteristics of Young Adult Relationships: The National Longitudinal Study of Adolescent to Adult Health*.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sundqvist, A., & Hemberg, J. (2021). *Adolescents' and young adults' experiences of loneliness and their thoughts about its alleviation*. *International Journal of Adolescence and Youth*, 26(1), 238–255. <https://doi.org/10.1080/02673843.2021.1908903>.
- Szcześniak, M., Bielecka, G., Madej, D., Pieńkowska, E., & Rodzeń, W. (2020). *The role of self-esteem in the relationship between loneliness and life satisfaction in late adulthood: Evidence from Poland*. *Psychology Research and Behavior Management*, 13, 1201–1212. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S275902>.
- Taufiqah (2024). *PENGARUH HARGA DIRI DAN KEPUASAN HIDUP TERHADAP KESEPIAN PADA DEWASA AWAL LAJANG*. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*. Vol. 4 N0.1. P-ISSN : 2797-3336.
- Vice.com. (23 November 2020). *Angka Lajang Muda Indonesia Meningkat, Ini Alasan Favorit Mereka Menunda Pernikahan*. Diakses pada 16 September 2023. <https://www.vice.com/id/article/7k98xy/data-bps-sebut-angka-lajang-berusia-muda-di-indonesia-meningkat-2010-2020>.
- Wu, N., Ding, F., Zhang, R., Cai, Y., & Zhang, H. (2022). *The Relationship between Perceived Social Support and Life Satisfaction: The Chain Mediating Effect of Resilience and Depression among Chinese Medical Staff*. *International journal of environmental research and public health*, 19(24), 16646. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416646>.

- Young, K. W. (2006). *Social support and life satisfaction*. International Journal of Psychosocial Rehabilitation, 10, 155-164.
- Yurni (2015). *PERASAAN KESEPIAN DAN SELF-ESTEEM PADA MAHASISWA*. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi Vol.15 No.4.
- Zhao, J., Kong, F., & Wang, Y. (2013). *The role of social support and self-esteem in the relationship between shyness and loneliness*. Personality and Individual Differences, 54(5), 577–581. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.11.003>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support*. Journal of Personality Assessment, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2.
- Zunaizah, Shoffiyah (2021). *KESEPIAN (LONELINESS) PADA MAHASISWA DITINJAU DARI DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF ESTEEM*. Skripsi (Thesis). UIN Sunan Kalijaga.

