



Sistematika Literatur : Faktor – Faktor Kesenian pada Usia Remaja

Wahyu Eka Febriliyani^{1*}, Ni'matuzahroh²

¹⁻² Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

Email: lilyfebri77@gmail.com¹, zahroh@umm.ac.id²

Alamat: Jl. Raya Tlogomas no.246 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Korespondensi penulis: lilyfebri77@gmail.com

Abstract. *Loneliness is a problem that is often experienced by adolescents. Many factors can influence the occurrence of loneliness in adolescents. This systematic literature review aims to explore what factors influence adolescent loneliness. Journal searches were conducted using Scopus and Google Scholar databases with the keywords "loneliness in adolescents and young adulthood". A total of 6 studies that fit the inclusion and exclusion criteria were then analyzed to identify the factors that cause loneliness in adolescents. These factors included gender, friendship quality, social media use, social relationships with peers, self-esteem and social acceptance. The results of this study are expected to provide a deeper understanding of the factors that cause loneliness in adolescents so that its negative impact can be anticipated and prevented.*

Keywords: *Adolescent loneliness, Contributing factors, Social relationships*

Abstrak. Kesenian merupakan permasalahan yang sering dialami remaja. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya kesenian pada remaja. Tinjauan sistematika literatur ini bertujuan untuk menggali faktor-faktor apa saja yang berpengaruh terhadap kesenian remaja. Penelusuran jurnal dilakukan menggunakan database Scopus dan Google Scholar dengan kata kunci "loneliness in adolescents and young adulthood". Sejumlah 6 studi yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab kesenian pada remaja. Faktor-faktor tersebut antara lain k gender, friendship quality, penggunaan sosial media, hubungan sosial dengan teman sebaya, harga diri dan penerimaan sosial. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor penyebab kesenian pada remaja sehingga dapat diantisipasi dan dicegah terjadinya dampak negatifnya.

Kata kunci: Kesenian remaja, Faktor penyebab, Hubungan sosial

1. LATAR BELAKANG

Erik Erikson dalam teorinya mengatakan bahwa perkembangan manusia berpusat pada kealamian manusia itu sendiri agar dapat berhubungan dengan manusia yang lainnya. Hal itu yang membuat kita memahami bahwa secara harfiah, manusia adalah makhluk social yang bergantung kepada satu sama lain (Santrock, 2012). Pada kasus tertentu, manusia yang berada dalam fase pertumbuhan (remaja) memiliki kendala dalam melakukan relasi sosial dengan manusia lainnya. Salah satunya disebabkan oleh kesenian. Pada dasarnya setiap individu pernah merasakan kesenian saat tidak ada individu lainnya yang dapat diajak untuk berkomunikasi suatu hal tertentu dalam kondisi tertentu..

Rchibald, Bartholomew dan Marx menyatakan bahwa kesenian adalah proses terbentuknya kognitif dan emosi suatu individu mengenai hubungannya dengan individu lainnya yang tidak sesuai dengan harapan atau ekspektasinya (Baron, Bryne, & Branscome (2006). Guy Winch (2014) berpendapat bahwa kesenian dapat membuat persepsi yang salah dan mengubah pemikiran individu mengenai hubungannya dengan individu di sekitarnya.

Apabila ia merasakan kesepian, ia merasa seolah orang yang tidak mampu berkomunikasi satu sama lain dibandingkan individu lainnya yang tidak merasa kesepian (Yurni, 2015).

Peplau dan Perlman (1982, dalam Yusuf, 2016) menyatakan bahwa beberapa factor yang dapat menyebabkan kesepian tidak hanya disebabkan oleh ketidakhadanya orang terdekat, tapi dapat disebabkan oleh ketidakpuasan atas pengalaman masa lalu. Jones, Briggs dan Smith (1986). Berpendapat bahwa kesepian juga dipengaruhi oleh sifat individu yang cenderung malu, sensitive, tidak tegas. Emosi mampu mempengaruhi cara individu melihat orang dalam membangun komunikasi. Hal ini yang menyebabkan kecendrungan individu berpikir subjektif yang menyebabkan konflik.

Dampak negatif kesepian sangat mempengaruhi pada emosi, sikap, perilaku, kognisi, kesehatan fisik maupun mental manusia yang dapat menyebabkan resiko kematian diusia dini (Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, 2015). Kesenian bukan hanya dilihat dari persepsi individu saja, namun juga ditinjau dari aspek-aspek lainnya seperti lingkungan, perasaan, pemikiran, dan perilaku individu tersebut. Persepsi yang dimiliki oleh individu mengenai luasnya hubungan dan kualitas interaksi sosial yang dimiliki individu dapat menyebabkan individu merasa kesepian saat dikelilingi oleh orang lain. Perasaan kesepian akan muncul saat jaringan hubungan sosial menyempit dan tidak sesuai dengan yang diharapkan. Meskipun jaringan sosial dalam kondisi sempit, situasi tersebut mampu memberikan kepuasan terhadap individu dengan diterimanya dengan baik di lingkungannya. Kesenian juga memiliki keterkaitan dengan gender seseorang, harga diri, hubungan dengan keluarga serta keterampilan dalam hubungan sosial (Santrock, 2002). Pengalaman masa lalu yang buruk atau terdapat relasi yang kurang baik dengan kekeluargaan dapat menyebabkan timbulnya rasa kesepian pada individu. Remaja yang merasa kesepian dan merasa mempunyai sedikit teman dapat disebabkan berbagai hal, yaitu merasa ditolak. Akibatnya, mereka memilih untuk menjauh dari teman-teman sebayanya. Keadaan atau perasaan tidak puas, merasa kehilangan, dan menderita dirasakan saat remaja kesepian. Ditambah lagi, kondisi remaja yang mengalami berbagai permasalahan atau dinamika kehidupannya saat melengkapi terhambatnya fungsi perkembangan hidup remaja tersebut. Beberapa dari remaja pernah merasa kurang mampu menjalani relasi sosialnya bahkan cenderung menjauh dari lingkungan sosial.

Menurut hasil survei nasional Amerika pada majalah *Psychology Today* menunjukkan bahwa dari empat puluh ribu orang yang merasakan kesepian berasal dari kalangan usia remaja, yaitu diangka 79%. Padahal, usia remaja merupakan fase dimana seorang individu berada dalam fase usia pertemanan produktif yang mampu berkembang. Usia remaja berkisar

antara 12-22 tahun, mayoritas masih menempuh jenjang sekolah menengah pertama atau atas. Secara idealnya, mereka memiliki interaksi dengan banyak individu sehingga tidak menghabiskan waktu dengan kondisi yang sepi. Di fase remaja ini juga biasanya terdapat pengalaman seorang remaja merasakan hubungan romantis dengan lawan jenis yang mungkin dapat membuat

remaja tidak merasa kesepian (Santrock, 2002). Melihat tingginya angka permasalahan pada remaja yang ada, kesepian remaja merupakan salah satu topik penting yang memiliki keterkaitan dengan kesehatan mental di usia remaja.

Studi sebelumnya yang dilakukan oleh Triani (2017) menemukan bahwa persepsi penerimaan individu antar sebaya dapat menurunkan faktor kesepian pada remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Garvin (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kecerdasan sosial dan kesepian pada remaja. Remaja yang memiliki kecerdasan sosial yang tinggi akan cenderung memiliki tingkat kesepian yang lebih rendah; dan sebaliknya, remaja yang memiliki kecerdasan sosial rendah, cenderung lebih tinggi dalam merasakan kesepian.

Hubungan interaksi sosial juga merupakan sebab kesepian remaja lainnya. Remaja yang tidak nyaman berinteraksi dengan teman-temannya dalam situasi ini akan mengalami perasaan yang tidak diinginkan pada setiap subjek (Sagita, 2022). Selain itu, presentasi diri remaja berguna sebagai indikator tingkat kesepian pada remaja (Royyana dan Fauziah, 2017). Tujuan sistematis ini adalah bagaimana kita menganalisis semua sebab yang dapat mempengaruhi kesepian remaja. Sehingga dapat mengantisipasi kemungkinan kesepian remaja atau dampak negatif dari kesepian remaja. Literatur review diharapkan mampu memberikan gambaran lebih lanjut mengenai kesepian remaja dan membantu meningkatkan kualitas hidup mereka kearah lebih positif. Yang kemudian akan menjadi referensi untuk penelitian yang akan datang.

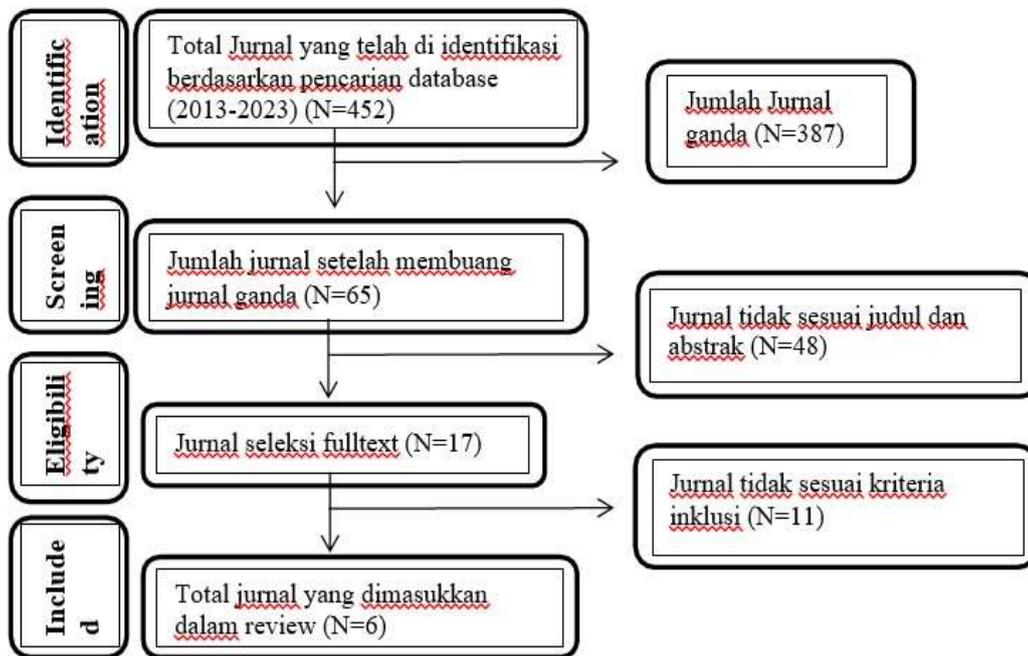
2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode sistematika literatur dengan panduan menggunakan PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta- Analyses) terhadap jurnal internasional yang meneliti tentang kesepian anak tunggal usia dewasa awal. Penelusuran jurnal menggunakan database Scopus dan Google Scholar. Kriteria inklusi jurnal yang dikaji yaitu: 1) Jurnal dalam bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia; 2) Jurnal tersedia dalam teks lengkap (full-text); 3) Jurnal meneliti mengenai kesepian pada usia dewasa awal; 4) Populasi yang diteliti adalah anak tunggal usia dewasa awal; 5) Jurnal yang dirilis pada

tahun 2013-2023. Kriteria eksklusi yaitu 1) Jurnal yang tidak sesuai dengan topik yang dibahas; 2) Jurnal systematic review dan literature review; 3) Subjek penelitian bukan dewasa awal; 4) jurnal yang di duplikat; 5) Jurnal yang menggunakan bahasa selain bahasa indonesia dan bahasa inggris.

Penelusuran dilakukan dengan kata kunci “*loneliness in adolescents and young adulthood*”

Gambar 1. Diagram PRISMA: Tahapan Systematic Review



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Subjek

No.	Judul Jurnal	Penulis	Karakteristik Subjek	Jumlah Subjek
1.	Gender, Loneliness, and Friendship Satisfaction in Early Adulthood: The Role of Friendship Features and Friendship Expectations	Steven R. Asher, Amy G. Halberstadt, Rick Hoyle, Mark R. Leary, Martha Putallaz, Lynn Smith-Lovin, 2013	Subjek penelitian pada ketiga studi tersebut adalah remaja dan dewasa muda dengan rentang usia 18-29 tahun, baik yang kuliah maupun tidak. Studi 1 menggunakan subjek mahasiswa di Duke University	Studi 1: • 1.761 Studi 2: • 1008 Studi 3: • 419

			sementara Studi 2 dan 3 melibatkan subjek dari berbagai latar belakang, tidak hanya mahasiswa.	
2.	Loneliness and Facebook motives in adolescence: A longitudinal inquiry into directionality of effect	Eveline Teppers, Koen Luyckx, Theo A. Klimstra, Luc Goossens, 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek penelitian adalah siswa SMA kelas 10 dan 11, dengan jumlah 349 siswa pada waktu pengumpulan data pertama. • Usia subjek berkisar antara 14-19 tahun dengan rata-rata 15,88 tahun. • Persentase subjek berjenis kelamin perempuan adalah 64%. • Pengumpulan data ulang dilakukan 5 bulan kemudian dengan jumlah subjek 280 siswa atau tingkat retensi 80%. • Lokasi penelitian dilakukan di sebuah SMA di Flanders, Belgia. 	349
3.	Adolescents' peer contacts promote life satisfaction in young adulthood — A	Virve Kekkonen, Tommi Tolmunen, Siiri-Liisi Kraav, Jukka Hintikka,	<ul style="list-style-type: none"> • Jumlah subjek penelitian pada baseline (waktu pengumpulan data pertama) adalah 4171 remaja berusia 	787

connection mediated by the subjective experience of not being lonely	Petri Kivimäki, Outi Kaarre, Eila Laukkanen, 2020	antara 13-18 tahun. <ul style="list-style-type: none">• Jumlah subjek penelitian yang bersedia untuk dihubungi kembali pada follow up (pengumpulan data kedua yang dilakukan 5 tahun kemudian) adalah 1827 remaja.• Jumlah subjek penelitian yang berhasil dihubungi kembali pada follow up adalah 797 remaja, dimana 70,9% adalah perempuan.• Rata-rata usia subjek penelitian pada baseline adalah 15,42 tahun dengan standar deviasi 1,58.• Subjek penelitian terdiri 558 perempuan dan 229 laki-laki• Subjek penelitian berasal dari sekolah menengah atas komprehensif, vokasi, dan sekolah menengah atas di kota dengan populasi sekitar 11.000 jiwa.
--	---	---

4.	Loneliness, Stress, and Social Support in Young Adulthood: Does the Source of Support Matter?	Chih-Yuan Steven Lee, Sara E. Goldstein, 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Mahasiswa kebanyakan berjenis kelamin perempuan, yakni sebesar 80% dan sisanya 20% berjenis kelamin laki-laki • Rata-rata usia subjek adalah 19,8 tahun, dengan rentang usia 18-25 tahun. 	636
5.	Media Use Is Linked to Lower Psychological Well-Being: Evidence from Three Datasets	Jean M. Twenge & W. Keith Campbell, 2019	<ul style="list-style-type: none"> • Subjek penelitian terdiri dari remaja usia 15 tahun di Inggris yang berpartisipasi dalam survei tahun 2015 sebanyak 120.115 orang. • Subjek penelitian juga terdiri dari remaja kelas 9-12 di Amerika Serikat yang berpartisipasi dalam survei Youth Risk Behavior Surveillance System tahun 2009-2015 sebanyak 59.115 orang. • Subjek penelitian juga terdiri dari remaja kelas 8, 10, dan 12 di Amerika Serikat yang berpartisipasi 	221.096

			<p>dalam survei Monitoring the Future tahun 2013-2016 sebanyak 41.866 orang.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Total subjek penelitian dalam ketiga dataset ini adalah sebanyak 221.096 orang. • Subjek penelitian semuanya adalah remaja usia sekolah yang berada pada rentang usia 13-18 tahun. 	
6.	<p>Low Self-Esteem as a Risk Factor for Loneliness in Adolescence: Perceived - but not Actual - Social Acceptance as an Underlying Mechanism</p>	<p><u>Janne Vanhalst, Koen Luyckx, Luc Goossens, 2014</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Populasi penelitian adalah remaja (adolescents). Penelitian dilakukan pada dua kelompok remaja di Belanda dan Belgia. • Usia rata-rata subjek pada penelitian pertama (Study 1) adalah 15,22 tahun. • Jumlah subjek penelitian pertama (Study 1) adalah 428 remaja. • Jumlah subjek penelitian kedua (Study 2) adalah 882 remaja. • Subjek penelitian 	<p>Studi 1 melibatkan total 428 remaja Belanda yang diikuti selama 5 tahun (5 gelombang pengukuran tahunan). Rincian jumlah subjek tiap gelombang pengukuran adalah:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gelombang 1 (T1): 428 remaja • Gelombang 2 (T2): 416 remaja • Gelombang 3 (T3): 403 remaja • Gelombang 4 (T4): 356 remaja • Gelombang g

<p>mayoritas berusia antara 13-16 tahun pada saat pengumpulan data awal.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pada penelitian pertama, 53% subjek adalah laki-laki dan 47% wanita. • Pada penelitian kedua, 63% subjek adalah wanita dan 37% laki-laki. 	<p>5 (T5): 313remaja Studi 2 melibatkan total 882 remaja Belgia yang diikuti selama 3 tahun (3 gelombang pengukuran tahunan). Tidak disebutkan jumlah subjek persis tiap gelombang nya.</p>
---	---

Pada tabel 1 karakteristik subjek terdapat 6 penelitian yang dilakukan dalam analisis sistematika review yang terbit dari beberapa Negara menggunakan metode kuantitatif diantaranya yang pertama, jurnal yang ditulis oleh Steven R. Asher, Amy G. Halberstadt, Rick Hoyle, Mark R. Leary, Martha Putallaz, Lynn Smith-Lovin pada tahun 2013. Penelitian ini memiliki karakteristik subjek berupa remaja dan dewasa muda dengan rentang usia 18-29 tahun, baik yang kuliah maupun tidak. Jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 3.188 subjek remaja.

Kedua, jurnal ditulis oleh Eveline Teppers, Koen Luyckx, Theo A. Klimstra, Luc Goossens pada tahun 2014. Penelitian ini memiliki karakteristik subjek berupa siswa SMA kelas 10 dan 11 berusia 14-19 tahun dengan usia rata-rata subjek 15,88 tahun. Jumlah subjek pada penelitian ini adalah 349 subjek.

Ketiga, jurnal ini ditulis oleh Virve Kekkonen, Tommi Tolmunen, Siiri Liisi Kraav, Jukka Hintikka, Petri Kivimäki, Outi Kaarre, Eila Laukkanen pada tahun 2020. Karakteristik subjek pada penelitian ini adalah remaja dengan 13-18 tahun saat pengumpulan data pertama dengan jumlah subjek sebanyak 4.171 subjek. Lima tahun kemudian dilakukan pengumpulan data kedua (follow up) sebanyak 1.827 remaja namun yang berhasil dihubungi kembali sebanyak 797 dengan rata-rata usia subjek 21,47 tahun.

Keempat, jurnal ditulis oleh Chih-Yuan Steven Lee, Sara E. Goldstein pada tahun 2015. Karakter subjek penelitian ini adalah mahasiswa sarjana (undergraduate students) dari berbagai program studi seperti human development, family studies, psychology, biology, exercise science, dan English. Rentang usia subjek penelitian 18-25 tahun dengan rata-rata usia subjek 19,8 tahun. Jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 636 subjek.

Kelima, jurnal ini ditulis oleh Jean M. Twenge & W. Keith Campbell pada tahun 2019. Karakter subjek penelitian ini adalah remaja dengan rentang usia 13-18 tahun. Subjek merupakan siswa sekolah kelas 8-12 di Inggris dan Amerika Serikat. Jumlah subjek penelitian sebanyak 221.096.

Keenam, jurnal terakhir ini ditulis oleh Janne Vanhalst, Koen Luyckx, Luc Goossens pada tahun 2014. Karakter subjek penelitian ini adalah remaja dengan rata-rata subjek penelitian berusia 13-16 tahun di Belanda dan Belgia.

Tabel 2. Analisis Faktor

No.	Penulis	Faktor	Hasil Penelitian
1.	Steven R. Asher, Amy G. Halberstadt, Rick Hoyle, Mark R. Leary, Martha Putallaz, Lynn Smith-Lovin, 2013	Gender, friendship quality, loneliness, friendship satisfaction, feature-specific friendship expectations, feature-specific friendship standards, interpretations of ambiguous situations	<p>Studi 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perempuan memiliki kualitas persahabatan yang lebih baik dibanding laki-laki pada berbagai fitur • Kualitas persahabatan yang lebih baik terkait dengan loneliness yang lebih rendah • Laki-laki dan perempuan mengalami loneliness pada tingkat yang sama • Kontrol atas kualitas persahabatan menunjukkan perempuan lebih kesepian dibanding laki-laki <p>Studi 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menemukan replikasi hasil Studi 1 dengan sampel yang lebih luas dan ukuran baru • Temuan paradox dan efek peredam juga berlaku untuk kepuasan

			<p>persahabatan</p> <p>Studi 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Temukan perbedaan gender pada harapan spesifik fitur dan standar persahabatan • Harapan lebih tinggi terkait fungsi sosial yang lebih baik • Standar lebih tinggi terkait respon negatif terhadap pelanggaran harapan <p>Tidak ditemukan bukti hubungan antara ketidaksesuaian harapan-kualitas dengan loneliness</p>
2.	<p>Eveline Teppers, Koen Luyckx, Theo A. Klimstra, Luc Goossens, 2014</p>	<p>Penggunaan social media facebook, jenis kesendirian, gender.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kesendirian yang berhubungan dengan teman sebaya pada waktu 1 berhubungan positif dengan peningkatan motif kompensasi keterampilan sosial, mengurangi rasa kesepian, dan kontak pribadi pada waktu 2. • Motif menggunakan Facebook untuk kompensasi keterampilan sosial pada waktu 1 berhubungan positif dengan peningkatan kesendirian yang berhubungan dengan teman sebaya pada waktu 2. • Motif untuk bertemu orang baru pada waktu 1 berhubungan negatif dengan penurunan kesendirian yang berhubungan dengan teman sebaya pada

			<p>waktu 2.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tidak ditemukan hubungan longitudinal antara kesendirian yang berhubungan dengan orang tua dan semua motif penggunaan Facebook. • Tergantung pada motif penggunaan tertentu, hasil penelitian mendukung baik hipotesis stimulasi maupun hipotesis pengalihan. Motif untuk memperluas jaringan sosial mendukung stimulasi, sedangkan motif kompensasi mendukung pengalihan. • Terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam beberapa motif penggunaan Facebook. Perempuan lebih banyak menggunakan untuk hiburan dan menjalin hubungan.
3.	Virve Kekkonen, Tommi Tolmunen, Siiri-Liisi Kraav, Jukka Hintikka, Petri Kivimäki, Outi Kaarre, Eila Laukkanen, 2020	<ul style="list-style-type: none"> • Jenis kelamin • Usia di awal penelitian (usia remaja) • Frekuensi bertemu dengan teman • Hubungan sosial dengan: Teman sebaya, saudara kandung, orangtua • Jumlah hobi kegiatan olahraga rekreasi • Jumlah 	<ul style="list-style-type: none"> • Dari analisis ANCOVA, ditemukan bahwa frekuensi bertemu teman kurang dari seminggu berkorelasi dengan tingkat kepuasan hidup lebih rendah pada remaja laki-laki di masa dewasa. Pada remaja perempuan, tidak memiliki hobi olahraga sportif berkorelasi dengan tingkat kepuasan hidup lebih rendah. Satu hobi olahraga justru berkorelasi positif. • Hubungan sosial yang buruk dengan teman sebaya pada remaja perempuan berkorelasi dengan tingkat kepuasan hidup lebih rendah.

		<p>keanggotaan organisasi/klub</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gejala depresi (diukur dengan Inventori Depresi Beck/BDI) <p>Konsumsi alkohol (diukur dengan AUDIT-C)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Untuk remaja laki-laki, perasaan kurang kesepian atau hanya sedikit kesepian berkorelasi dengan tingkat kepuasan hidup lebih tinggi. • Variabel usia, jenis kelamin, hubungan dengan orangtua dan saudara, serta konsumsi alkohol tidak berpengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup. • Hasil analisis mediasi menunjukkan perasaan kesepian dan gejala depresi memediasi pengaruh frekuensi bertemu teman terhadap tingkat kepuasan hidup. • Terdapat hubungan secara berjenjang (serial) antara frekuensi bertemu teman → kesepian → gejala depresi → tingkat kepuasan hidup. • Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor sosial dan psikologis pada masa remaja berpengaruh terhadap tingkat kepuasan hidup di masa dewasa, dengan perasaan kesepian dan gejala depresi sebagai variabel mediasi.
4.	Chih-Yuan Steven Lee, Sara E. Goldstein, 2015	<ul style="list-style-type: none"> • Stres yang dirasakan (perceived stress) • Sumber-sumber dukungan sosial (dukungan dari keluarga, dukungan dari teman, dukungan dari pasangan) • Kesengsaraan 	<p>Untuk menguji hipotesis pertama, dilakukan analisis moderasi ganda untuk menguji peran ketiga sumber dukungan sosial sebagai penyangga stres terhadap kesengsaraan. Hasil menunjukkan bahwa hanya dukungan dari teman yang berperan sebagai moderator antara stres dan kesengsaraan. Hal ini</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Jenis kelamin Etnisitas 	<p>mengindikasikan bahwa dukungan teman dapat mengurangi dampak buruk stres terhadap kesengsaraan. Sedangkan dukungan dari keluarga dan pasangan tidak terbukti berperan sebagai penyangga antara stres dan kesengsaraan. Oleh karena itu, hipotesis pertama hanya diterima sebagian. Hipotesis kedua diuji dengan menganalisis hubungan independen antara ketiga sumber dukungan dengan kesengsaraan. Hasilnya menunjukkan adanya korelasi negatif yang signifikan antara dukungan teman dan pasangan dengan kesengsaraan. Namun, dukungan dari keluarga tidak terbukti berhubungan dengan kesengsaraan. Oleh karena itu, hipotesis kedua diterima.</p> <p>Analisis uji-T yang dilakukan untuk menguji hipotesis ketiga menunjukkan tidak adanya perbedaan rata-rata skor kesengsaraan antar jenis kelamin meskipun tidak signifikan secara statistik. Sehingga hipotesis ketiga ditolak.</p> <p>Hipotesis keempat tentang peran moderasi jenis kelamin hanya terbukti pada hubungan antara dukungan teman dengan kesengsaraan. Interaksi ini menunjukkan pengaruh jenis kelamin yang lebih besar pada perempuan. Oleh karena itu hipotesis keempat juga hanya diterima sebagian.</p>
<p>5.</p>	<p>Jean M. Twenge & W. Keith Campbell, 2019</p> <p>Interaksi sosial tatap muka dan penggunaan media sosial</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa pergeseran waktu terjadi di</p>

			tingkat kelompok, dengan interaksi sosial secara langsung menurun seiring dengan meningkatnya penggunaan media digital, tetapi tidak di tingkat individu, di mana interaksi sosial secara langsung dan penggunaan media sosial berkorelasi positif.
6.	Janne Vanhalst, Koen Luyckx, Luc Goossens, 2014	<ul style="list-style-type: none"> • Harga diri (Self- esteem) • Kesepian (Loneliness) • Penerimaan sosial Perbedaan gender	Hasil penelitian menunjukkan bahwa, selain harga diri dan rasa malu, tidak diterima dengan baik oleh teman sebaya, menjadi korban, tidak memiliki teman, dan mengalami persahabatan yang tidak berkualitas, masing-masing berkontribusi secara independen terhadap pengalaman kesepian. Lebih lanjut, kuantitas dan kualitas pertemanan memediasi hubungan antara dua karakteristik intra-individu dan kesepian. Akhirnya, ditemukan interaksi yang signifikan antara harga diri dan penerimaan sosial dalam memprediksi kesepian.

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa perbedaan gender dan friendship quality ditemukan untuk kedua aspek ekspektasi pertemanan dengan perempuan umumnya memiliki ekspektasi yang lebih tinggi terhadap teman-teman mereka daripada laki-laki. Kedua aspek tersebut hanya berkorelasi sedang, dan berhubungan dengan cara yang berbeda dengan variabel minat. Temuan menunjukkan bahwa tingkat ekspektasi pertemanan yang lebih tinggi umumnya dikaitkan dengan fungsi yang lebih positif dalam domain sosial. Penelitian ini juga menunjukkan kontrol atas kualitas persahabatan menunjukkan perempuan lebih kesepian dibanding laki-laki

Faktor yang berkaitan dengan sosial media juga ditemukan yaitu, penggunaan Facebook untuk kompensasi keterampilan sosial meningkatkan kesepian terkait teman sebaya dari waktu ke waktu (Teppers, dkk, 2014) Hal ini berkaitan dengan temuan penelitian bahwa

orang yang merasa kesepian memiliki interaksi sosial tatap muka yang rendah dan memiliki aktivitas media sosial yang tinggi (J. M. Twenge dkk, 2019).

Aktivitas yang dimiliki remaja menjadi salah satu faktor terjadinya kesepian. Kesepian pada masa remaja dapat berhubungan dengan kepuasan hidup yang rendah dan masalah-masalah yang berkaitan pada masa dewasa muda. Berinvestasi dalam dukungan dan pertemuan sosial di komunitas remaja dapat mencegah kesepian pada remaja.

Peran penyangga stres dari dukungan sosial terhadap kesepian bervariasi. Hanya dukungan dari teman yang mampu menyangga hubungan antara stres dan kesepian. Lebih lanjut, ketika stres dianggap konstan, hubungan antara dukungan sosial dan kesepian berbeda, di mana dukungan dari teman atau pasangan romantis (tapi tidak dari keluarga) berhubungan negatif dengan kesepian. Terkait perbedaan gender, dampak buruk dari rendahnya tingkat dukungan keluarga atau teman terhadap kesepian lebih besar pada perempuan daripada laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nadian (2023) yang menunjukkan bahwa tingkat kesepian yang dimiliki remaja dengan gender perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan gender laki-laki.

Berdasarkan penemuan pada 6 penelitian di atas, faktor – faktor kesepian pada remaja berupa gender, friendship quality, penggunaan sosial media, hubungan sosial dengan teman sebaya, harga diri dan penerimaan sosial.

Gender

Perbedaan jenis kelamin menjadi salah satu faktor kesepian yang dialami remaja. Bukti menunjukkan bahwa perempuan lebih merasa kesepian daripada pria, terlepas dari usia (Nikolaisen & Thorsen, 2014; ONS, 2018). Perbedaan gender ditemukan dalam hal kesepian, hal ini mungkin juga mencerminkan perbedaan dalam hal sejauh mana pria dan wanita bersedia untuk mengakui perasaan kesepian. Penelitian telah menunjukkan bahwa pria lebih enggan daripada wanita untuk mengakui perasaan kesepian (Borys & Perlman, 1985) dan pria yang merasa kesepian lebih terstigmatisasi dibandingkan wanita yang mengungkapkan perasaan yang sama (Lau & Gruen, 1992). Perempuan cenderung melaporkan memiliki hubungan pertemanan yang lebih kaya akan berbagai aspek positif seperti dukungan emosional, keintiman, dan kepedulian. Namun demikian, tingkat kesepian yang dilaporkan antara laki-laki dan perempuan cenderung serupa. Hal ini membentuk paradoks di mana kualitas pertemanan perempuan yang lebih baik seharusnya berkorelasi dengan tingkat kesepian yang lebih rendah.

Ketika faktor kualitas pertemanan diakomodasi secara statistik, terungkap bahwa sebenarnya perempuan lebih kesepian daripada laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas pertemanan berperan sebagai pemvariabel terselubung dalam hubungan antara gender dan kesepian (Steven et. al., 2013).

Friendship Quality

Kesepian dapat menimbulkan kualitas yang lebih rendah dalam hubungan sosial. Secara khusus, seperti yang diusulkan oleh Teori Evolusi Kesepian, bias pemrosesan informasi sosial dapat menyebabkan interpretasi yang lebih pesimis terhadap kualitas hubungan sosial. Asumsi ini didukung oleh penelitian sebelumnya, yang menunjukkan bahwa remaja yang kesepian menilai pertemanan mereka memiliki kualitas yang lebih rendah dibandingkan dengan teman-teman mereka yang tidak kesepian (Lodder et al., 2017). Selain itu, perilaku sosial negatif individu yang kesepian dapat menyebabkan lingkungan bereaksi lebih negatif terhadap mereka (Kerr dan Stanley, 2020), yang mengarah pada penurunan kualitas hubungan sosial. Dalam kedua kasus tersebut (yaitu, bias pemrosesan informasi sosial dan perilaku sosial negatif), mengalami kesepian akan menghasilkan kualitas pengalaman yang lebih rendah dalam hubungan sosial daripada penurunan kualitas hubungan sosial yang memicu kesepian. Kemungkinan besar ada hubungan dua arah yang terjadi, di mana kesepian dan kualitas yang dialami dalam hubungan sosial saling mempengaruhi satu sama lain.

Friendship quality meliputi berbagai aspek dalam pertemanan seperti provisi pertemanan (contohnya dukungan emosional, keintiman, aktivitas bersama) dan proses pertemanan (contohnya komunikasi, penyelesaian konflik, tingkat konflik). Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki pertemanan yang diisi oleh provisi dan proses positif serta rendah konflik, cenderung melaporkan tingkat kesepian yang lebih rendah. Kualitas pertemanan berkorelasi negatif dengan kesepian (Steven et. al., 2013).

Penggunaan Sosial Media

Banyaknya waktu yang dihabiskan di media sosial dapat menggantikan waktu bersosialisasi secara langsung dengan teman-teman sebaya. Padahal kontak fisik dan komunikasi langsung sangat penting bagi remaja untuk memenuhi kebutuhan akan akseptasi sosial (Eveline et. al., 2014). Hal ini memiliki hubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Song dkk. (2014) menemukan hubungan positif antara penggunaan Facebook dan kesepian; mereka juga mengeksplorasi jalur kausalitas potensial antara kesepian dan penggunaan Facebook dan

menemukan bahwa rasa malu dan kurangnya dukungan sosial memprediksi kesepian dan kesepian memprediksi penggunaan Facebook.

Hubungan Sosial dengan Teman Sebaya

Pada masa remaja, teman sebaya merupakan figur sosial yang sangat penting bagi perkembangan seseorang. Remaja cenderung lebih banyak menghabiskan waktunya bersama teman sebaya daripada orang tua atau anggota keluarga lainnya. Melalui interaksi sosial dengan teman sebaya, remaja dapat belajar tentang diri mereka sendiri dan belajar berinteraksi dengan orang lain. Ketiadaan interaksi sosial ini dapat memicu perasaan sendirian dan kesepian. Hubungan yang harmonis dengan teman sebaya dapat meningkatkan rasa percaya diri dan penghargaan diri remaja. Sedangkan kurangnya dukungan sosial dari teman sebaya berisiko menimbulkan perasaan tidak dihargai dan kesepian. Remaja yang kurang sering berinteraksi dengan teman sebaya cenderung kurang terampil dalam berinteraksi sosial. Hal ini dapat memicu penarikan diri dari lingkungan sosial dan perasaan tidak terhubung dengan orang lain. Teman sebaya dapat saling mendukung dan mengurangi stres melalui proses berbagi perasaan. Tanpa dukungan ini, remaja rentan mengalami kesepian (Virve et. al., 2020).

Harga Diri dan Penerimaan

Harga diri yang rendah dapat menyebabkan kesepian karena remaja dengan harga diri rendah cenderung memiliki persepsi negatif tentang dirinya sendiri dan kemampuannya dalam membangun hubungan sosial yang baik. Mereka dapat mengantisipasi penolakan dari teman-teman dan merasa tidak diterima. Hal ini dapat menyebabkan mereka menjauhi interaksi sosial dan akhirnya merasa kesepian.

Penerimaan sosial yang rendah secara aktual dari teman-teman berarti seseorang kurang disukai dan populer di kalangan teman-teman. Ini dapat menyebabkan sedikit interaksi sosial yang memuaskan dan perasaan tidak mendapatkan dukungan dari orang lain, sehingga meningkatkan kesepian. Penerimaan sosial yang rendah secara subjektif atau yang dirasakan, meskipun seseorang sebenarnya diterima, juga dapat menyebabkan kesepian. Hal ini karena orang tersebut akan merasa tidak dicintai, tidak populer, atau tidak mampu membangun hubungan sosial yang baik.

Harga diri dan penerimaan sosial saling berhubungan. Harga diri rendah dapat menyebabkan penurunan penerimaan sosial secara aktual maupun yang dirasakan. Kemudian

penerimaan sosial yang rendah akan semakin menurunkan harga diri. Hubungan ini dapat memicu setiap faktor untuk semakin mempengaruhi kesepian.

Pada masa remaja, pentingnya hubungan sosial dan status sosial meningkat. Oleh karena itu, rendahnya harga diri dan penerimaan sosial akan semakin dirasakan berdampak buruk dan menyebabkan loneliness.

Tinjauan sistematik dari penelitian diatas dikuatkan oleh beberapa temuan bahwa remaja pada umumnya mendeskripsikan kesepian yang dialami sebagai kekosongan, kebosanan, dan keterasingan serta remaja sering mengalami kesepian ketika dirinya merasa ditolak, terasing dan tidak memiliki kemampuan dalam berperan di lingkungannya (Rice, 1993). Kesepian juga dikaitkan dengan konsep diri, dimana semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah kesepian yang dialami oleh remaja (Sari dan Hidayati, 2015).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesepian pada remaja memiliki beragam faktor yang mempengaruhi, berdasarkan tinjauan sistematik dari 6 jurnal dapat disimpulkan bahwa faktor yang meningkatkan kesepian yaitu gender, quality friendship, penggunaan Facebook untuk kompensasi keterampilan sosial, diterima dengan buruk oleh teman sebaya, kurang teman, dan mengalami kualitas persahabatan yang buruk, remaja yang rendah dalam interaksi sosial tatap muka dan tinggi dalam penggunaan media sosial. Selain itu faktor yang dapat menurunkan kesepian pada remaja yaitu dukungan sosial dari teman sebaya dan aktivitas sosial remaja. Temuan- temuan ini dapat menjadi acuan untuk ditindaklanjuti oleh guru dan orang tua dalam mengatasi masalah kesepian yang mungkin dialami oleh remaja.

DAFTAR REFERENSI

- Adolescent Psychology, 46(5), 709-720.
- Baron, R. A., Bryne, D. E., & Branscome, N. R. (2006). Sosial Psychology. Boston: Pearson/Allyn & Bacon.
- Borys, S., & Perlman, D. (1985). Gender differences in loneliness. Personality and Sosial Psychology Bulletin, 11(1), 63-74.
- Chih-Yuan Steven Lee & Sara E. Goldstein. (2016). Loneliness, Stress, and Sosial Support in Young Adulthood: Does the Source of Support Matter?. Journal of youth and adolescent. Vol: 45, 568-580
- Eischens, A. D. (1998). The Dilemma Of The Only Child.
<http://www.personalityresearch.org/pa/pers/eischens2.html>

- Eveline Teppers, K. Luyckx, T. A. Klimstra, and L. Goossens. (2014). Loneliness and Facebook motives in adolescence: A longitudinal inquiry into directionality of effect. *J. Adolesc.*, vol. 37, no. 5, pp. 691–699.
- factors for mortality: A meta- analyticreview. *Perspectives on Psychological Science*, 10, 227–237.
- G. Garvin. (2018). Hubungan Kecerdasan Sosial Dengan Kesepian Pada Remaja.
- G. L. Sari and F. Hidayati. (2015). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kesepian Pada Remaja (Studi Korelasi Pada Siswa Kelas Ix Smp Negeri 2 Semarang). *J. EMPATI*, vol. 4, no. 2, pp. 163–168
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., Baker, M., Harris, T., & Stephenson, D. (2015). Loneliness and sosial isolation as risk
- J. M. Twenge, B. H. Spitzberg, and W. K. Campbell. (2019). Less in-person sosial interaction with peers among
- J. Muara Ilmu Sos. *Humaniora, dan Seni*, vol. 1, no. 2, p. 93.
- Janne Vanhalst, Koen Luyckx, Luc Goossens. (2014). Experiencing Loneliness in Adolescence: A Matter of Individual Characteristics, Negative Peer Experiences, or Both?. *Soc. Dev.*, vol. 23, no. 1, pp. 100–118.
- Kekkonen, V., Tolmunen, T., Kraav, S.-L., Hintikka, J., Kivimäki, P., Kaarre, O., & Laukkanen, E. (2020). Adolescents' peer contacts promote life satisfaction in young adulthood — A connection mediated by the subjective experience of not being lonely. *Personality and Individual Differences*, 167, 110264.
- Kerr, N. A., & Stanley, T. B. (2021). Revisiting the sosial stigma of loneliness. *Personality and Individual Differences*, 171, 110482.
- Lau, S., & Gruen, G. E. (1992). The sosial stigma of loneliness: Effect of target person's and perceiver's sex. *Personality and Sosial Psychology Bulletin*, 18(2), 182-189.
- Laybourn, A. (1994). *Only Child: Myths and Reality*. London: TSO
- Lodder, G. M., Scholte, R. H., Goossens, L., & Verhagen, M. (2017). Loneliness in early adolescence: Friendship quantity, friendship quality, and dyadic processes. *Journal of Clinical Child &*
- Nicolaisen, M., & Thorsen, K. (2014). Loneliness among men and women—a five-year follow-up study. *Aging & mental health*, 18(2), 194-206.
- O. (2006). *Sosial Psychology Twelfth Edition*. New Jersey: Pearson Prectice Hall
- Pyle, E., & Evans, D. (2018). Loneliness- what characteristics and circumstances are associated with feeling lonely. Newport: Office for National Statistics.
- Rice, F. Philip. (1993). *The Adolecent: Development, Relationship, and Culture*. Needham Heghts, Massachutsetts: Allyn and Bacon.

- Royyana and N. Fauziah. (2017). Hubungan Antara Presentasi Diri Dengan Kesepian Pada Remaja Di Sma Taruna Nusantara. *J. Empati*, vol. 6(1), pp. 128–132.
- S. Sagita. (2022). Interaksi Sosial Dengan Kesepian Pada Remaja Panti Asuhan. *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 10, no. 2, p. 252.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development Perkembangan Masa- Hidup Edisi Ketigabelas Jilid I*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Shahaira Nadia. (2023). Perbedaan Loneliness Ditinjau dari Gender pada Remaja Pengguna Media Sosial Tiktok. Skripsi: Universitas Medan Area.
- Steven R. Asher, Amy G. Halberstadt, Rick Hoyle, Mark R. Leary, Martha Putallaz, Lynn Smith-Lovin. (2013). *Gender, Loneliness, and Friendship Satisfaction in Early Adulthood: The Role of Friendship Features and Friendship Expectations*. Duke
- Sundqvist, A., Hamberg, J., (2021). Adolescents' and young adults' experiences of loneliness and their thoughts about its alleviation. *International Journal of Adolescence and Youth*, 238-255
- Taylor, S. E., Perplau, L. A., & Sears, D.
- Triani. (2017). Pengaruh Persepsi Penerimaan Teman Sebaya Terhadap Kesepian Pada Remaja. *JPPP -J. Penelit. dan Pengukuran Psikol.*, vol. 1, no. 1, pp. 128–134.
- U.S. adolescents in the 21st century and links to loneliness. *J. Soc. Pers. Relat.*, vol. 36, no. 6, pp. 1892– 1913.
- University ProQuest Dissertations Publishing, 2013. 3591023.
- Yusuf, R. N. (2016). Hubungan Harga Diri dan Kesepian dengan Depresi pada Remaja. *Psychology Forum UMM*, 386-393.