

**HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN ORANGTUA DAN ANAK  
SERTA HARGA DIRI DENGAN KESEPIAN  
PADA SISWA SMPN 2 TEGAL**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program sarjana (S1)  
Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang



Disusun Oleh :

**Amira Hasna Noor Zaen**

**30701900023**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2023**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING  
HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN ORANGTUA DAN ANAK  
SERTA HARGA DIRI DENGAN KESEPIAN  
PADA SISWA SMPN 2 TEGAL**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

**Amira Hasna Noor Zaen**

**NIM.30701900023**

Telah disetujui untuk diuji dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi sebagian persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal



**Falasifatul Falah, S.Psi., MA.**

**26 Juli 2023**

Semarang, 26 Juli 2023

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung



**Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si**

**NIK.210799001**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN ORANGTUA DAN ANAK**  
**SERTA HARGA DIRI DENGAN KESEPIAN**  
**PADA SISWA SMPN 2 TEGAL**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Amira Hasna Noor Zaen

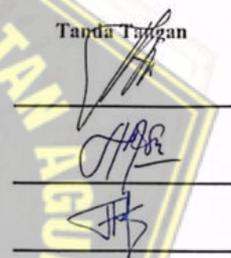
NIM.30701900023

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal, 3 Agustus 2023

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si.
2. Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si., Psikolog
3. Falasifatul Falah, S.Psi., MA.



Skripsi ini telah diterima sebagai persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 3 Agustus 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si  
Nrk. 210799001

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya Amira Hasna Noor Zaen dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



## MOTTO

*“Barangsiapa yang meniti jalan untuk menuntut ilmu, maka Allah akan mempermudahnya jalannya ke surga. Sungguh, para Malaikat merendahkan sayapnya sebagai keridhoan kepada penuntut ilmu. Orang yang berilmu akan dimintakan maaf oleh penduduk langit dan bumi hingga ikan yang ada di dasar laut.”*

**(HR. Abu Daud, Tirmidzi, Ibnu Majah, dan Mirqatul Mafatih)**

*“Apabila anak Adam (manusia) telah meninggal dunia, maka terputuslah amalnya, kecuali tiga perkara yaitu sedekah jariyah, ilmu yang bermanfaat, dan anak shaleh yang selalu mendoakan orangtuanya.”*

**(HR. Muslim no.1631)**

*“Janganlah kamu lemah dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, karena kamulah orang-orang yang paling tinggi derajatnya, jika kamu orang yang beriman.”*

**(Q.S Ali Imran: 139)**

## PERSEMBAHAN

*Bismillahirrahmanirrahim...*

Atas izin Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang serta tidak lupa mengucapkan syukur *Alhamdulillah rabbil 'alamin*, kupersembahkan karyaku ini kepada ayah dan mamaku tercinta, Ahmad Zaeni dan Feby Ariefianti Rahayu, sebagai pilar kekuatanku dan sumber pembelajaran di hidupku yang tidak pernah lelah untuk mendo'akanku dan memberikanku cinta, kasih sayang, dan dukungan dalam setiap situasi. Serta adik tersayang, Kamila Rahma Zaen, yang tidak pernah lupa untuk memberikan dukungan dan afeksi selama penulis menyelesaikan karya ini.

Dosen pembimbing, Ibu Falasifatul Falah, S.Psi., MA, yang dengan penuh kesabaran telah membimbing, meluangkan waktu, memberikan ilmu, nasehat, serta dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan karya ini.

Almamater, Universitas Islam Sultan Agung (UNISSULA) Semarang, khususnya Fakultas Psikologi yang telah menjadi sumber utama dalam perjalanan pendidikan penulis untuk menuntut ilmu dan memberikan kenangan yang bermakna bagi penulis.

## KATA PENGANTAR

*Assalamua'laikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Puji syukur kehadiran Allah SWT dan atas kehendak-Nya yang telah memberikan kesempatan dan kemampuan bagi penulis untuk menyelesaikan salah satu syarat guna memperoleh gelar S-1 Sarjana Psikologi. Tak lupa, sholawat dan salam selalu tercurahkan kepada Rasulullah SAW, keluarga, dan para sahabatnya sebagai ungkapan rasa cinta dan penghormatan.

Penulis mengakui bahwa dalam proses penulisan ini masih jauh dari tingkat kesempurnaan yang diharapkan. Penulis juga menyadari betapa banyaknya kesulitan dan hambatan yang dihadapi selama penyusunan karya ini. Namun, berkat bantuan, bimbingan, arahan, dan motivasi yang diberikan oleh berbagai pihak, penulis berhasil menyelesaikan tugas ini sesuai dengan waktu dan target yang telah ditentukan. Semua dukungan dari keluarga, dosen, dan orang-orang terdekat sangat berarti bagi kesuksesan penulis dalam menyelesaikan karya ini. Dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

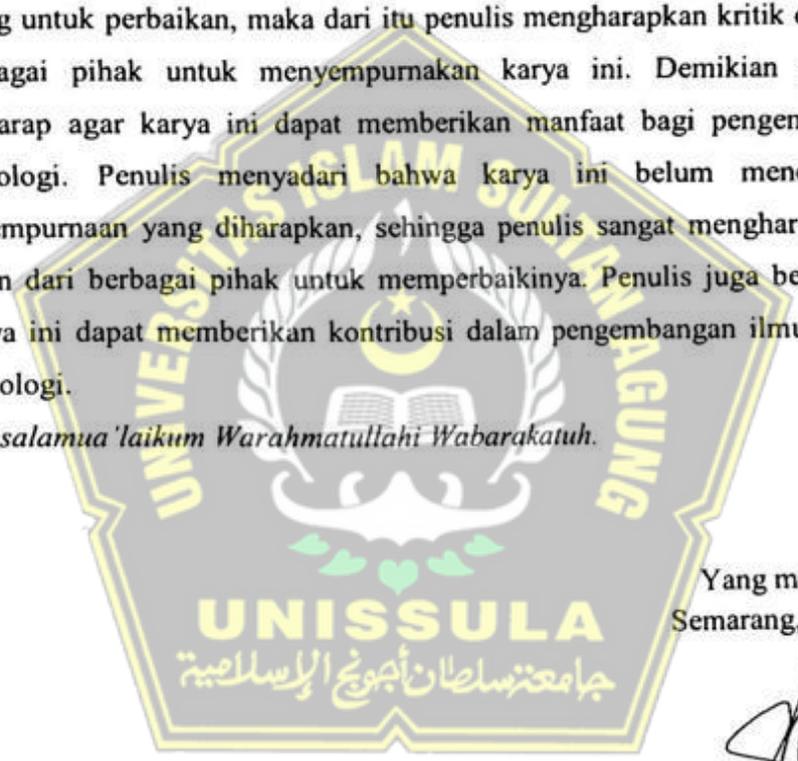
1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan kemudahan dalam proses akademik dan memberikan ilmu dari pengalaman beliau.
2. Ibu Falasifatul Falah, S.Psi., MA selaku dosen pembimbing skripsi penulis yang selalu sabar dan ikhlas untuk membimbing, mengajari, serta memberikan nasehat dalam menyelesaikan karya ini.
3. Ibu Dra. Rohmatun, S.Psi, M.Psi selaku dosen wali yang senantiasa mendampingi dan memberikan perhatian kepada penulis dalam mengenyam pendidikan selama 4 tahun di Fakultas Psikologi.
4. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi UNISSULA atas dedikasinya dalam memberikan ilmu kepada penulis yang sangat bermanfaat hingga saat ini dan kemudian hari.

5. Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha serta Perpustakaan Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan kemudahan dalam mengurus proses administrasi dari awal perkuliahan hingga skripsi ini selesai.
6. Ibu Neni Legiyatmi, S.Pd, M.M selaku kepala sekolah SMPN 2 Tegal serta guru-guru SMPN 2 Tegal yang telah memberikan izin dan membantu pelaksanaan penelitian.
7. Seluruh siswa kelas 7 dan 8 di SMPN 2 Tegal yang telah meluangkan waktu dan bersedia untuk berpartisipasi sebagai partisipan dalam penelitian.
8. Ayah dan mamaku tercinta, Ahmad Zaeni dan Feby Ariefianti Rahayu, yang selalu menjadi tempat ternyaman untuk pulang. Doa, nasehat, dan kasih sayang dari ayah dan mama akan selalu menjadi penerang langkahku.
9. Eyang papih dan mamih tersayang, dr. Arief Pinudjo dan Sri Rahayu, yang tidak ada hentinya mendoakan keselamatan dan kesuksesanku serta senantiasa percaya dengan setiap jalan yang penulis pilih.
10. Adik tersayang, Kamila Rahma Zaen, yang tidak pernah lupa mengapresiasi dan merasa bangga dengan perjuangan penulis untuk menuntaskan karya ini.
11. Dua dara termanisku, Citra Fania Kirani dan Desiana Ayu Arista, yang telah menunjukkan bahwa eksistensi kalian adalah bentuk cinta yang paling mudah untuk kupahami. Diantara bisingnya dunia, mari kita terus berjalan beriringan sampai tua.
12. Tiga teman teristimewaku, Dennis Arya Widya, Gladys Shafa Maudina, Jihan Shofa Salsabila, yang telah menjadi teman sekaligus pendengar setia di awal perkuliahan sampai dengan detik ini.
13. Teman-teman terbaikku, Abror Hilman, Anisah Amalia, Asma Reza Ulinuha, Aisyah Kamila, Adamas Sepghatama, Moh Farid Dwi Andrian, Arina Amna Nisa, Amalia Febriyanti Jamal, Aldya Putri Qolbi, dan Anissa Amaliya Sholihah, yang senantiasa turut serta dalam memberikan dukungan dan momen kebersamaan yang penuh dengan kebahagiaan.
14. Seluruh asistensi praktikum 2022/2023, khususnya kakak tingkatku kak Kartika Putri Husadani dan asisten praktikum Intelegensi, yang telah membantuku belajar banyak hal dan mengembangkan kemampuanku.

15. Teman-teman angkatan 2019 khususnya kelas A, yang telah mendukung dan menjadi teman kelas terbaik selama berkuliah di Fakultas Psikologi UNISSULA.
16. Berbagai pihak lain yang turut memberikan bantuan, dukungan, nasehat, dan doa kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.
17. Terakhir, untuk diriku sendiri yang sudah berjuang, bertahan untuk menyelesaikan karya ini dan berdiri tegak sampai hari ini.

Penulis dengan sungguh-sungguh menyadari bahwa karya ini masih memiliki ruang untuk perbaikan, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak untuk menyempurnakan karya ini. Demikian pula, penulis berharap agar karya ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi. Penulis menyadari bahwa karya ini belum mencapai tingkat kesempurnaan yang diharapkan, sehingga penulis sangat menghargai kritik dan saran dari berbagai pihak untuk memperbaikinya. Penulis juga berharap bahwa karya ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan psikologi.

*Wassalamua'laikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*



Yang menyatakan,  
Semarang, 25 Juli 2023

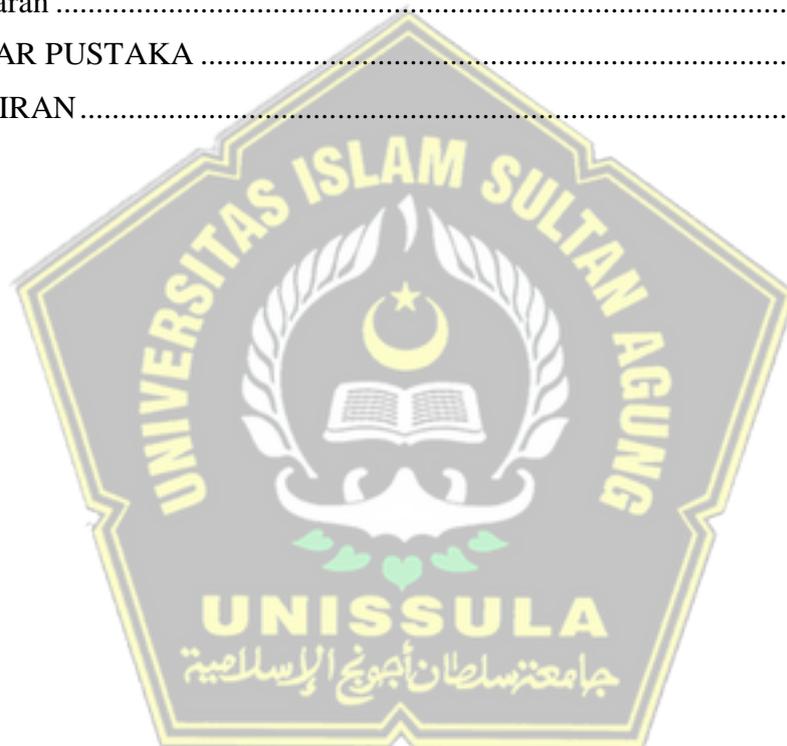
**Amira Hasna Noor Zaen**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I - PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II – LANDASAN TEORI.....	11
A. Kesepian.....	11
1. Pengertian Kesepian.....	11
2. Perbedaan Antara Kesepian dan Kesendirian.....	12
3. Faktor-Faktor Kesepian.....	12
4. Aspek-Aspek Kesepian.....	17
B. Kelekatan Orangtua dan Anak.....	21
1. Pengertian Kelekatan Orangtua dan Anak.....	21
2. Faktor Kelekatan Orangtua dan Anak.....	22
3. Aspek-Aspek Kelekatan Orangtua dan Anak.....	25
C. Harga Diri.....	27
1. Pengertian Harga Diri.....	27
2. Faktor Harga Diri.....	29
3. Aspek-Aspek Harga Diri.....	32

D. Hubungan Antara Kelekatan Orangtua dan Anak serta Harga Diri dengan Kesepian .....	35
E. Hipotesis.....	36
<b>BAB III – METODE PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	38
B. Definisi Operasional .....	38
1. Kesepian.....	38
2. Kelekatan Orangtua dan Anak.....	39
3. Harga Diri .....	39
C. Populasi, Sampel, dan Sampling.....	40
1. Populasi.....	40
2. Sampel .....	41
3. Teknik Pengambilan Sampel .....	41
D. Metode Pengumpulan Data .....	42
1. Skala Kesepian.....	42
2. Skala Kelekatan Orangtua dan Anak .....	43
3. Skala Harga Diri .....	44
E. Validitas, Uji Beda Daya Aitem, dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur.....	44
1. Validitas.....	44
2. Uji Beda Daya Aitem.....	45
3. Estimasi Reliabilitas Alat Ukur .....	45
F. Teknik Analisis .....	45
<b>BAB IV - HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>47</b>
A. Orientasi Kanchah dan Pelaksanaan Penelitian.....	47
1. Orientasi Kanchah Penelitian.....	47
2. Persiapan Penelitian.....	48
B. Pelaksanaan Penelitian.....	56
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	57
1. Statistik Deskriptif .....	57
2. Uji T Beda.....	60
3. Uji Asumsi .....	61
4. Uji Hipotesis .....	62

D. Deskripsi Hasil Penelitian .....	63
1. Deskripsi Data Skor Kesepian .....	64
2. Deskripsi Data Skor Kelekatan Orangtua dan Anak .....	65
3. Deskripsi Data Skor Harga Diri.....	67
E. Pembahasan.....	68
F. Kelemahan.....	72
BAB V – KESIMPULAN DAN SARAN.....	74
A. Kesimpulan.....	74
B. Saran .....	74
DAFTAR PUSTAKA .....	76
LAMPIRAN.....	84



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rincian Data Jumlah Siswa Kelas 7 dan 8 Tahun Ajaran 2022/2023 di SMPN 2 Tegal.....	41
Tabel 2. Blueprint Skala Kesepian.....	42
Tabel 3. Blueprint Skala Kelekatan Orangtua dan Anak .....	43
Tabel 4. Blueprint Skala Harga Diri .....	44
Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Kesepian .....	49
Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Kelekatan Orangtua dan Anak .....	50
Tabel 7. Sebaran Aitem Harga Diri.....	50
Tabel 8. Data Siswa Kelas 7 SMPN 2 Tegal yang Menjadi Subjek Uji Coba.....	51
Tabel 9. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Kesepian	52
Tabel 10. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Kelekatan Orangtua Dan Anak.....	53
Tabel 11. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Harga Diri .....	54
Tabel 12. Sebaran Nomor Aitem Skala Kesepian.....	54
Tabel 13. Sebaran Nomor Aitem Skala Kelekatan Orangtua dan Anak .....	55
Tabel 14. Sebaran Nomor Aitem Skala Harga Diri .....	56
Tabel 15. Data Siswa Kelas 8 SMPN 2 Tegal yang Menjadi Subjek Penelitian..	57
Tabel 16. Hasil Uji Asumsi.....	61
Tabel 17. Norma Kategorisasi Skor .....	64
Tabel 18. Deskripsi Skor Pada Skala Kesepian .....	64
Tabel 19. Norma Kategorisasi Skala Kesepian.....	65
Tabel 20. Deskripsi Skor Pada Skala Kelekatan Orangtua dan Anak.....	66
Tabel 21. Norma Kategorisasi Skala Kelekatan Orangtua dan Anak .....	66
Tabel 22. Deskripsi Skor Pada Skala Harga Diri.....	67
Tabel 23. Norma Kategorisasi Skala Harga Diri .....	67

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kategorisasi Kesenian .....	65
Gambar 2. Kategorisasi Kelekatan Orangtua dan Anak .....	67
Gambar 3. Kategorisasi Harga Diri.....	68



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala Uji Coba.....	85
Lampiran B. Tabulasi Data Skala Uji Coba.....	96
Lampiran C. Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba ...	128
Lampiran D. Skala Penelitian .....	137
Lampiran E. Tabulasi Data Skala Penelitian .....	146
Lampiran F. Analisis Data .....	177
Lampiran G. Surat Izin Penelitian.....	184



**HUBUNGAN ANTARA KELEKATAN ORANGTUA DAN ANAK  
SERTA HARGA DIRI DENGAN KESEPIAN  
PADA SISWA SMPN 2 TEGAL**

Oleh:

**Amira Hasna Noor Zaen**

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: ahnz1010@std.unissula.ac.id

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 2 Tegal kelas 7 dan 8 Tahun Ajaran 2022/2023 dengan jumlah sampel sebanyak 224 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Penelitian ini menggunakan tiga alat ukur, yakni skala kesepian yang terdiri dari 35 aitem dengan koefisien realibilitas 0,927, kelekatan orangtua dan anak dari 40 aitem dengan koefisien realibilitas 0,924, dan harga diri dari 43 aitem dengan koefisien reliabilitas 0,925. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi berganda dan korelasi *product moment*. Hasil uji hipotesis pertama menunjukkan nilai  $R=0,774$  dengan signifikansi 0,000 ( $p<0,01$ ), artinya kelekatan orangtua dan anak serta harga diri mampu memprediksi kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal secara signifikan. Hasil analisis *product moment* pertama diperoleh skor koefisien sebesar  $r_{x_1y}=-0,728$  dengan skor signifikansi 0,000 ( $p<0,01$ ), artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan orangtua dan anak dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal. Hasil analisis *product moment* kedua diperoleh skor koefisien sebesar  $r_{x_2y}=-0,699$  dengan skor signifikansi 0,000 ( $p<0,01$ ), artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal.

Kata Kunci: Kesepian, Kelekatan orangtua dan anak, Harga diri

***THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENT-CHILD ATTACHMENT  
AND SELF ESTEEM WITH LONELINESS  
OF STUDENTS AT SMPN 2 TEGAL***

By:

**Amira Hasna Noor Zaen**

*Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University, Semarang*

Email: ahnz1010@std.unissula.ac.id

**ABSTRACT**

*This study aims to determine a relationship between parent-child attachment and self esteem with loneliness of students at SMPN 2 Tegal. The population used in this study were students of SMPN 2 Tegal class 7 and 8 for the 2022/2023 academic year with a total sample of 224 respondents. The sampling technique uses cluster random sampling. This study uses three measuring instruments, namely the loneliness scale which consists of 35 items with a reliability coefficient of 0.927, parent-child attachment of 40 items with a reliability coefficient of 0.924, and self esteem of 43 items with a reliability coefficient of 0.925. The data analysis technique used multiple regression analysis and product moment's correlation. The result of the first hypothesis test showed the value of  $R=0.774$  with a significance of 0.000 ( $p<0.01$ ), it means that parent-child attachment and self esteem were able to significantly predict the loneliness of students at SMPN 2 Tegal. The results of the first product moment's correlation showed a correlation level of  $rx1y=-0.728$  with a significance of 0.000 ( $p<0.01$ ), and it means that there is a significant negative relationship between parent-child attachment with loneliness of students at SMPN 2 Tegal. The results of the second product moment's correlation showed a correlation level of  $rx2y=-0.699$  with a significance of 0.000 ( $p<0.01$ ), and it means that there is a significant negative relationship between self esteem with loneliness of students at SMPN 2 Tegal.*

*Keywords: Loneliness, Parent-child attachment, Self esteem*

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Perubahan dan tantangan yang terjadi di era sekarang mampu menjadikan kesepian sebagai suatu permasalahan psikologis yang lazim dialami oleh remaja termasuk siswa SMP yang sedang mengalami masa pubertas. Salah satu dampak dari kesepian yang cukup banyak dialami oleh para siswa adalah kekurangan rasa kelekatan dengan orangtua, sehingga mengakibatkan penurunan prestasi akademik sampai dengan menunjukkan rasa ketidakberdayaan setiap berinteraksi dengan teman maupun orang lain. Bahaya yang mengintai individu dengan kesehatan mental yang buruk adalah memilih jalan untuk melukai diri sendiri hingga melakukan bunuh diri, ketika individu ada di situasi yang dirasa mendukung untuk melakukan hal buruk tersebut (Hidayati dan Muthia, 2015).

Rasa kesepian adalah suatu kondisi yang dapat dirasakan oleh setiap individu, tak peduli berapa usianya, termasuk siswa yang tengah mengikuti pendidikan tingkat menengah. Ketika siswa SMP yang sedang memasuki remaja awal (berumur sekitar 12-15 tahun) merasakan kesepian, (Monks dkk., 2004) hal tersebut dapat menimbulkan stres yang berpotensi menghambat kemampuan siswa dalam belajar, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Diananda (2019) menjelaskan bahwa periode remaja awal seringkali dikaitkan dengan proses pencarian jati diri yang menghasilkan perubahan emosi yang tidak stabil dan munculnya pemikiran yang hanya berdasarkan pengalaman pribadi. Selain guru sebagai perantara dalam menyediakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan memadai bagi anak sebagai siswa, orangtua juga memainkan peran penting dalam mencegah kesepian anak dengan cara mendengarkan dengan empati setiap permasalahan yang anak hadapi, memahami perubahan emosi dan pikiran, memberikan dukungan, dan menciptakan kelekatan yang aman bagi anak sehingga anak mampu mengeksplorasi jati diri dan minatnya sendiri.

Perasaan yang terkait dengan kesepian umumnya dapat datang tanpa direncanakan, namun bukan berarti hal tersebut tidak dapat ditanggulangi. Rasa kesepian dapat dicegah dengan berbagai cara, salah satunya adalah menjalin kelekatan dengan orangtua atau teman sebaya yang sehat. Siswa SMP dalam periode tumbuh kembangnya, sudah sewajarnya memiliki wadah untuk menjalin hubungan dan komunikasi dengan orangtua dan teman sebaya, mengingat bahwa orangtua dan kelompok teman sebaya dapat menjadi sumber afeksi dan tempat untuk menjalin keintiman. Pernyataan tersebut senada dengan pendapat Ozmen dkk (2016), bahwa ketika siswa memiliki orangtua yang cenderung suportif dan memiliki komunikasi yang terbuka antar keduanya, maka lazimnya siswa akan merasa dihargai, dipahami dan terhubung secara emosional dengan orangtuanya sehingga dapat meminimalisir rasa kesepian. Tingkat kesepian yang dialami anak dapat meningkat ketika anak memasuki masa remaja awal atau mulai masuk sekolah menengah pertama, dikarenakan periode remaja awal dipenuhi dengan rasa sulit untuk memahami diri sendiri dan menjalin pertemanan yang kuat dengan teman sebaya. Pernyataan tersebut senada dengan studi longitudinal yang telah dilaksanakan oleh Ladd dan Ettekal (2013) tentang kesepian terkait teman sebaya di masa remaja awal hingga akhir. Hasil dari studi tersebut menunjukkan bahwa siswa mengalami tingkat kesepian tertinggi saat berada dalam masa remaja awal (usia 12 tahun) dan kemudian menurun saat mencapai masa remaja akhir (usia 18 tahun). London & Ingram (2018) juga menambahkan pendapat yang dapat memperkuat pernyataan tersebut yaitu bahwa individu yang memulai masa remaja awal tanpa rasa kesepian, cenderung tidak memiliki rasa kesepian juga saat individu tersebut beranjak dewasa.

Survei telah dilaksanakan pada tahun 2012 oleh Løhre (2012) di Norwegia dan melibatkan 419 anak kelas 1 SD sampai dengan 3 SMA untuk mengetahui prevalensi kesepian dan viktimisasi di seluruh kelas. Survei tersebut memperoleh hasil bahwa kesepian secara signifikan berkaitan dengan rasa sedih dan cemas serta paling banyak dialami oleh anak-anak yang menempuh pendidikan SD dan SMP dengan usia antara 7-16 tahun. Survei yang berkaitan dengan kesepian juga telah dilaksanakan di Indonesia oleh Aditono dkk (2022) pada siswa SMP di

wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta dalam rentan waktu April sampai dengan Juni 2022 dengan 983 responden, menemukan hasil bahwa presentase perasaan kesepian paling tinggi yang dialami oleh siswa sekitar 8,34% pada siswa yang berusia 14 tahun, 3,15% pada siswa yang berusia 13 tahun dan 2,85% pada siswa yang berusia 15 tahun. Survei tersebut juga menyarankan supaya layanan BK dapat memberikan kontribusi lebih pada perawatan kesehatan mental untuk meminimalisir rasa kesepian berkepanjangan pada siswa SMP (Aditiono dkk., 2022). Dukungan dan penanganan yang tepat dari orangtua maupun pihak sekolah, diharapkan dapat mengatasi perasaan kesepian dan mengembangkan keterampilan sosial yang baik sehingga siswa dapat mengoptimalkan pembelajaran di sekolah maupun di luar sekolah.

Survey yang telah dilaksanakan oleh Eccles dkk (2023) dan merupakan bagian dari salah satu survei nasional yaitu *Health Behavior in School-aged Children Study* (HBSC) pada siswa yang berumur 11-15 tahun, memperoleh hasil bahwa siswa perempuan memiliki kesepian yang tinggi secara signifikan dengan *mean* sebesar 8,55 ( $SD = 3,02$ ). Sementara, siswa laki-laki memperoleh *mean* sebesar 7,31 ( $SD = 2,79$ ). Selanjutnya, Aisyah dan Anshari (2022) telah melaksanakan survey yang berkaitan tentang pengaruh jenis kelamin terhadap kesepian pada siswa SMP dan SMA di Indonesia dan menemukan bahwa kesepian cenderung lebih umum terjadi pada perempuan daripada laki-laki. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa faktor yang memungkinkan perempuan lebih rentan mengalami kesepian adalah pubertas dini, isolasi sosial, kurangnya dukungan sosial, dan kualitas persahabatan yang buruk (Aisyah & Anshari, 2022). Senada dengan dua temuan tersebut, maka dapat dilihat bahwa tingkat kesepian yang dialami oleh perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Wawancara telah dilaksanakan oleh peneliti pada tanggal 25 Mei 2022 terhadap tiga subjek dengan karakteristik tertentu, peneliti mendapatkan sejumlah data berupa informasi tentang kelekatan orangtua dan anak, harga diri, serta kesepian untuk mendukung latar belakang dalam penelitian ini, sebagaimana hasil wawancara berikut :

Wawancara telah dilaksanakan pada subjek ke-1 berinisial KR yang berusia 14 tahun, sebagai siswi kelas 8 di SMPN 2 Tegal, mengungkapkan bahwa :

*"... Teman temanku ini hanya berteman dengan orang-orang yang cantik aja. Sedangkan aku ini sudah berjerawat, kulitku hitam lagi. Mereka kayanya cuman mengandalkanku saat tugas aja, karena aku kebetulan ranking 1 di kelas. Orangtuaku juga sering bodyshamming dan mengomentari penampilanku, kaya aku ini harus kurus dan paling sering adalah muka ku harus mulus. Tidak ada orang yang bisa diandalkan, makannya aku lebih suka menghindar dari orang-orang."* (KR, 2022)

Selanjutnya, wawancara telah dilaksanakan pada subjek ke-2 berinisial AM yang berusia 14 tahun, sebagai siswi kelas 8 di SMPN 2 Tegal, mengungkapkan bahwa :

*"... Aku terbiasa sendirian sejak kecil karena orangtua sibuk bekerja. Saat merasa kesepian dan stress karena pelajaran sekolah, aku mencari dukungan dari teman dekat lewat telepon atau chat, walaupun jarang aku lakukan juga. Aku juga nggak suka bertemu orang secara langsung. Mata mereka menyiratkan bahwa aku ini nggak pantas ada di dekat mereka. Jujur, aku memang sering merasa kekurangan. Karena hal itu juga aku jadi berfikir bahwa lebih baik aku menyendiri saja, daripada bergabung dengan orang lain yang hanya bisa mempermalukan diriku sendiri."* (AM, 2022)

Kemudian, wawancara telah dilaksanakan pada subjek ke-3 berinisial DA yang berusia 13 tahun, sebagai siswi kelas 7 di SMPN 2 Tegal, mengungkapkan bahwa :

*".... Aku sering kesepian karena aku merasa bahwa orangtuaku tidak pernah mengerti keputusan yang aku pilih dan sering meragukan keahlianku. Dengan perilaku orangtuaku yang seperti itu, aku merasa bahwa tidak ada orang yang ada di pihakku. Aku juga nggak mau masuk ke organisasi, karena aku nggak mau berkenalan dengan orang lain. Dari semua yang aku rasakan, yang paling sering adalah aku sulit untuk merasa percaya diri di depan umum, termasuk saat presentasi di kelas. Akhir-akhir ini aku juga semakin merasa bahwa moodku selalu naik dan turun tanpa sebab dan setiap malam sebelum tidur aku sering meratapi dan menyalahkan kondisi hidupku."* (DA, 2022)

Berikutnya, wawancara telah dilaksanakan pada subjek ke-4 berinisial RA yang berusia 13 tahun, sebagai siswa kelas 7 di SMPN 2 Tegal, mengungkapkan bahwa:

*"... Aku nggak pernah sama sekali cerita tentang kehidupan pribadiku dengan orangtua. Alasannya adalah karena setiap aku bercerita tentang apa yang udah aku lalui dengan mereka, tanggapan mereka justru menyalahkan segala hal padaku. Aku merasa bahwa setiap aku berdebat dengan orangtua, aku jadi merasa malas untuk berbicara dengan temanku di sekolah. Kalau aku berbicara dengan temanku di sekolah, sudah pasti aku tidak akan dipedulikan dengan mereka. Karena orangtuaku saja tidak peduli, apalagi temanku yang hanya orang asing." (RA, 2022)*

Berdasarkan wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek merasa kesepian karena kurangnya dukungan emosional dari orang terdekat, kelekatan yang dibangun kurang baik dengan orangtua, dan harga diri yang cukup rendah. Keempat subjek yang telah diwawancarai tersebut lebih memilih untuk mengatasi rasa kesepiannya tanpa bantuan orang lain termasuk teman-teman terdekatnya. Keempat subjek juga merasa bahwa dengan adanya tuntutan sosial di sekeliling lingkungan mereka, membuat harga diri mereka merasa rendah dan muncul rasa tidak berarti/penting. Subjek ketiga yang telah diwawancarai menjelaskan bahwa subjek seringkali merasakan perubahan suasana hati yang naik turun secara drastis, tidak menginginkan kehadiran orang baru di kehidupannya, hingga munculnya rasa takut akan ditinggalkan oleh orang terdekat. Perubahan mood yang dialami para subjek merupakan hal yang wajar dikarenakan subjek yang masih berada dalam masa tumbuh kembangnya seringkali mengalami ketidakstabilan emosional. Kendati demikian, apabila subjek merasa dirinya tidak berharga hingga memiliki rasa ketakutan yang berlebihan, maka hal tersebut dapat menimbulkan rasa kekhawatiran. Itu sebabnya orangtua dan teman sebaya berperan penting dalam kehidupan siswa SMP yaitu sebagai figur lekat yang dibutuhkan untuk meningkatkan rasa cinta terhadap diri sendiri.

Setiap individu membutuhkan orang lain untuk tetap berada di sisinya dalam keadaan baik maupun buruk. Sebagaimana seorang anak tidak dapat tumbuh dan berkembang seorang diri, melainkan membutuhkan sosok *caregiver* (figur lekat) yang dapat memenuhi kebutuhan akan perlindungan, pemberian motivasi, pembelajaran dan kasih sayang layaknya orangtua, teman, maupun

kerabat. Individu yang hidup di dalam lingkungan yang cenderung positif, lazimnya mampu mencapai titik kebahagiaan dalam hidupnya dan mendapatkan banyak dampak baik dalam proses tumbuh kembangnya (Levy dkk., 2011). Menurut John Bowlby (dalam Levy dkk., 2011), konsep teori kelekatan menggambarkan cara unik individu dalam membentuk suatu hubungan yang intim dengan figur lekat dan menerima ikatan emosional dari figur lekat tersebut. Kelekatan dapat menumbuhkan rasa percaya diri dalam individu, karena kehadiran figur lekat dapat memberikan rasa aman, kebebasan untuk menjelajah dunia, dukungan, perlindungan, dan kenyamanan saat menghadapi masa-masa sulit (Levy dkk., 2011).

Studi yang dijalankan oleh Al-Yagon dkk (2016) di Israel dengan 356 subjek yang berusia 12-15 tahun, memaparkan hasil bahwa sebagian kelompok subjek dengan kelekatan orangtua yang aman mendapatkan hasil yang optimal dalam 5 bagian sosio-emosional (seperti rasa aman, penerimaan, dll). Sementara itu, sebagian kelompok subjek yang memiliki kelekatan orangtua tidak aman, melaporkan adanya rasa mengasihani diri sendiri, kesepian, penolakan, dan minat untuk bersekolah yang rendah (Al-Yagon dkk., 2016). Penelitian tersebut juga memberikan hasil yaitu kelekatan antara ibu dan anak berkontribusi lebih besar dalam hubungan sosial dibandingkan dengan kelekatan antara ayah dan anak.

Penelitian yang telah dijalankan oleh Muarifah dkk (2020) tentang kelekatan orangtua-anak, regulasi emosi, harga diri, konformitas dan resiliensi siswa pada 153 siswa SMP di Kota Yogyakarta, memaparkan bahwa kelekatan orangtua-anak dengan harga diri memiliki kontribusi yang paling tinggi sebesar 81,6% dibandingkan dengan regulasi emosi, konformitas, dan resiliensi siswa. Papini dan Roggman (1992) memperkuat hasil penelitian dari Muarifah dkk (2020) dengan hasil dari studi longitudinal yang telah dijelaskannya yaitu mayoritas remaja yang berada di usia remaja awal dan memiliki kelekatan orangtua yang aman (seperti percaya dengan satu sama lain), umumnya akan memiliki harga diri yang tinggi dan menunjukkan sikap mandiri serta mampu hidup secara harmonis dan teratur.

Kesepian yang dialami oleh siswa SMP tidak hanya dipengaruhi oleh kelekatan orangtua, namun juga dipengaruhi oleh harga diri. Kualitas harga diri yang baik tidak hanya memberikan dampak baik bagi kesejahteraan hidup individu, namun juga berkontribusi dalam keseimbangan kesehatan mental individu. Pernyataan tersebut didukung oleh studi yang dijalankan oleh Moksnes dkk (2022) pada remaja di Norwegia yang berusia 15-21 tahun, memperlihatkan hasil yaitu subjek dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki integrasi sosial yang dapat mendukung kepuasan hidup subjek dan minim untuk mengalami kesepian. Moksnes dkk (2022) juga mengatakan bahwa harga diri merupakan suatu faktor yang penting untuk menjaga kesehatan mental dan kesejahteraan hidup selama masa remaja. Subjek penelitian Moksnes dkk (2022) yang memiliki harga diri cenderung tinggi, menunjukkan hasil adanya penyesuaian diri yang kuat, koping yang positif, memiliki banyak dukungan sosial, sehingga subjek tidak pernah merasa kesepian. Dai G (dalam Jiang dkk., 2021) berpendapat bahwa mayoritas penelitian yang meneliti tentang kesepian menemukan bahwa kesepian dapat menyebabkan rasa malu, harga diri rendah, depresi, dan gangguan psikologis lainnya. Studi lain juga dilaksanakan di Eropa oleh Brighi dkk (2012) pada 6.000 siswa (usia 12-16 tahun) tentang harga diri, kesepian dan kaitannya dengan *cyberbullying*. Penelitian tersebut memaparkan bahwa subjek yang merupakan korban *bullying* sering merasa rendah diri dan kesepian ketika melihat teman-teman subjek yang bukan korban *bullying* dapat hidup dengan nyaman dan harmonis.

Pandangan Rosenberg (dalam Karababa, 2021) tentang hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian, yaitu ketika anak memiliki persepsi yang positif terhadap kelekatan yang hangat dengan orangtua dan memiliki harga diri yang cukup tinggi, dampaknya dapat mengurangi rasa kesepian dalam diri anak. Pernyataan tersebut didukung dengan studi yang dijalankan oleh Izzah (2017) pada remaja di Yogyakarta, yang membuktikan bahwa adanya kelekatan antara orangtua dan anak yang aman dapat membuat harga diri anak semakin tinggi, sebaliknya apabila anak memiliki kelekatan orangtua yang buruk dan harga diri yang rendah, maka hal tersebut dapat

berkorelasi positif dengan depresi, kesepian, hingga rasa keingintahuan dengan obat terlarang. Selanjutnya, penelitian yang berkaitan dengan harga diri, gaya kelekatan orangtua-anak, dan kesepian pada remaja telah dijalankan di ibu kota India yaitu New Delhi oleh Dhal dkk (2007), memperoleh hasil bahwa sebagian besar subjek yang tumbuh besar di dalam keluarga penuh cinta dan kasih sayang, dukungan, serta penerimaan cenderung memiliki tingkat kelekatan dan harga diri yang tinggi. Sementara itu, sebagian subjek dengan harga diri yang rendah, mengungkapkan bahwa subjek seringkali merasa bahwa orang-orang di sekitar subjek tampak menakutkan (Dhal dkk., 2007). Subjek juga merasa dikucilkan dan kesepian, dikarenakan orang-orang di sekitar subjek terlalu sibuk dengan urusan pribadi (Dhal dkk., 2007).

Siswa yang kurang memperoleh kelekatan dari lingkungan sekitar mereka baik keluarga maupun teman-teman di sekolahnya serta memiliki harga diri yang rendah, seringkali merasa kekosongan, tidak aman, gelisah, hingga muncul keinginan untuk mencoba tindakan terlarang seperti bunuh diri atau penyalahgunaan obat-obatan/narkoba. Pernyataan tersebut berkaitan dengan temuan yang ditemukan oleh Dianti dan Diantina (2020), bahwa dengan adanya kelekatan akan rasa aman antara anak dengan orangtua dapat meminimalisir kecenderungan untuk melakukan perilaku buruk seperti niat untuk menyakiti diri sendiri hingga rendahnya tingkat kesepian pada anak. Moretti dan Peled (2004) juga berpendapat bahwa dengan adanya *secure attachment* yang terjalin diantara orangtua dan anak dapat meminimalisir masalah kesehatan mental dan adanya peningkatan keterampilan sosial serta strategi koping.

Keaslian penelitian ini terletak pada beberapa aspek yaitu penelitian ini tidak mengulang penelitian sebelumnya, yang berarti memberikan kontribusi baru terhadap penelitian yang sudah ada atau hampir serupa. Selanjutnya, penelitian ini juga melibatkan penggabungan variabel yang sebelumnya belum pernah diteliti dan masalah yang belum terpecahkan oleh peneliti terdahulu. Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Dianti dan Diantina (2020) dengan judul Hubungan *Parent Attachment Terhadap Loneliness Pada Gamers Usia Remaja di Kota Bandung*, fokus penelitian ini akan sama dengan permasalahan tersebut, yaitu

kelekatan orangtua dan anak serta hubungannya terhadap kesepian. Namun, ada perbedaan pada bagian penambahan satu variabel bebas dan partisipan penelitian. Satu variabel bebas yang akan ditambahkan dan berkaitan dengan kesepian adalah harga diri, serta partisipan yang akan terlibat dalam penelitian ini adalah siswa kelas 7 dan 8 SMPN 2 Tegal. Peneliti ingin mengetahui hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal.

### **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal.

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara kelekatan orangtua dan anak dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal
3. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara harga diri dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal

### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat penelitian secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendukung penelitian atau menambahkan teori yang ada serta dapat dijadikan acuan untuk penelitian selanjutnya tentang kelekatan orangtua dan anak, harga diri serta kesepian.

2. Manfaat penelitian secara praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambahkan wawasan dan informasi tentang kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian, serta dapat berguna bagi praktisi psikologi dan para pembaca.



## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kesepian**

##### **1. Pengertian Kesepian**

Perlman dan Peplau (1998) menggambarkan definisi kesepian sebagai ketidaknyamanan secara psikologis yang dirasakan oleh individu ketika hubungan sosial yang individu miliki kurang memuaskan, baik dari segi kualitas maupun jumlahnya. Menurut Permana dkk (2021), kesepian adalah suatu kondisi di mana individu memiliki ketidaksesuaian antara keinginan yang ingin dicapainya dengan pencapaian sebenarnya dalam berhubungan sosial secara nilai maupun mutu. Selanjutnya, berdasarkan persepektif De Jong Gierveld (1998), kesepian dapat dijelaskan sebagai perasaan yang muncul ketika individu merasa terisolasi dan memiliki sedikit atau bahkan tidak ada interaksi dengan orang lain, sehingga membuat individu merasa kosong, ditinggalkan, sedih, kecewa, malu, frustrasi hingga putus asa menjalani hidup.

Young (dalam Pinguart dan Sörensen, 2001) menggambarkan kesepian sebagai perasaan ketidakhadiran yang dirasakan individu dari interaksi sosial yang bermakna, yang memungkinkan disertai dengan gejala gangguan psikologis yang terkait dengan perasaan ketidakhadiran tersebut. Rook (dalam Tzouvara dkk., 2015) mengartikan kesepian sebagai kondisi ketika individu merasakan tekanan emosional yang berlangsung dalam jangka panjang, dikarenakan individu merasa dikucilkan, tidak dipedulikan, ditolak oleh orang lain serta tidak memiliki teman/pasangan yang cocok untuk melakukan aktivitas yang diinginkan oleh individu, terutama aktivitas yang berhubungan dengan keintiman dan kedekatan secara emosional. Definisi kesepian juga diungkapkan oleh Cosan (2014) sebagai perasaan kekosongan, kesendirian, tidak lengkap, dan tidak puas secara emosional maupun fisik yang ada dalam diri individu. Perasaan kosong yang dirasakan individu secara bias saat menjalin hubungan sosial juga dapat disebut sebagai tanda awal gejala kesepian.

Berdasarkan teori yang telah dirumuskan oleh beberapa ahli tersebut, maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa kesepian adalah suatu kondisi yang berkaitan dengan perasaan kekosongan dan ketidakpuasan akan hubungan sosial yang telah individu miliki dikarenakan adanya perbedaan keinginan dan kenyataan yang diharapkan oleh individu, sehingga mengakibatkan munculnya gejala gangguan psikologis lainnya.

## **2. Perbedaan Antara Kesepian dan Kesendirian**

Kesepian dan kesendirian memiliki beberapa perbedaan yang cukup identik. Kesendirian adalah pilihan untuk menjauh dari interaksi sosial, sementara kesepian adalah hasil dari tidak adanya hubungan sosial yang memadai sesuai dengan harapan individu (Govinda & Rompis, 2023). Selanjutnya, Hipson dkk (2021) mengatakan bahwa kesepian dan kesendirian merupakan dua konsep yang berbeda. Kesepian timbul dari persepsi kurangnya hubungan sosial yang berarti dan cenderung menimbulkan perasaan negatif seperti sedih, cemas, dan depresi (Hipson dkk., 2021). Sementara itu, kesendirian adalah keadaan emosional yang muncul karena pilihan sukarela untuk menyendiri, dan hal tersebut dikaitkan dengan perasaan positif seperti adanya kedamaian karena mendapatkan ketenangan dan relaksasi karena tidak adanya tekanan sosial (Hipson dkk., 2021). Secara keseluruhan, kesepian dan kesendirian adalah dua konsep yang memiliki perbedaan dalam aspek emosional dan persepsi individu.

## **3. Faktor-Faktor Kesepian**

Menurut Luhmann dan Hawkey (2016), faktor dari kesepian dibagi menjadi 4 yaitu:

### **a. Tingkat pendapatan**

Individu dengan pendapatan yang cenderung rendah memungkinkan untuk memiliki akses yang terbatas ke sebuah kegiatan sosial yang melibatkan biaya, seperti bergabung ke dalam suatu organisasi kantor tertentu. Pernyataan tersebut berkaitan dengan munculnya perasaan terisolasi dan kesepian dalam individu akibat dari adanya ketertinggalan. Individu dengan memiliki pekerjaan yang melibatkan banyak interaksi sosial cenderung

merasa kurang kesepian dibandingkan dengan individu yang bekerja sendiri, karena individu memiliki kesempatan lebih besar untuk berinteraksi dengan orang lain dan membentuk hubungan sosial yang diinginkan (Luhmann dan Hawkley, 2016).

b. Keterbatasan fungsional

Keterbatasan fungsional dapat menghambat kemampuan individu untuk melakukan aktivitas sosial seperti bertemu dengan teman atau berpartisipasi dalam kegiatan kelompok, sehingga muncul adanya kesepian. Sementara itu, keterbatasan fungsional juga dapat memengaruhi kesehatan mental individu. Individu yang mengalami keterbatasan fungsional cenderung mudah untuk mengalami stress dan kecemasan, sehingga justru mampu memperburuk perasaan kesepian (Luhmann dan Hawkley, 2016).

c. Keterlibatan sosial

Individu yang aktif dalam kehidupan sosial cenderung memiliki peluang yang lebih banyak untuk berkomunikasi dan membentuk hubungan yang bermakna dengan orang lain. Demikian pula, individu yang kurang terlibat dalam kegiatan sosial akan cenderung merasa kesepian karena kurangnya interaksi sosial. Keterlibatan sosial dapat memberikan dukungan emosional dan memberikan rasa nyaman dan aman bagi individu untuk mengungkapkan perasaannya (Luhmann dan Hawkley, 2016).

d. Kuantitas hubungan sosial

Individu yang tidak memiliki banyak hubungan sosial cenderung merasa dikucilkan dalam kehidupan sosial. Contoh dari faktor ini adalah individu yang berada dalam lingkungan sosial terbatas dengan sedikit teman maupun keluarga, tidak memiliki banyak kesempatan untuk bertemu orang baru dan jarang mengikuti kegiatan sosial, sehingga menyebabkan tidak adanya jalan keluar untuk memperkuat ikatan sosialnya dengan orang lain (Luhmann dan Hawkley, 2016).

Menurut Hutten dkk (2022), faktor-faktor dari kesepian dibagi menjadi 7 yaitu:

a. Variabel demografis (usia, jenis kelamin, latar belakang migrasi, dan hidup

sendiri)

Kesepian beberapa kali dikaitkan ketika individu bertambah usia atau menua dan gaya interaksi sosial antara perempuan dan laki-laki. Contoh dampak dari perubahan dalam lingkungan sosial yang bisa saja terjadi saat individu menua seperti kehilangan teman dan anggota keluarga, pensiun, atau perubahan dalam kesehatan mental dan fisik. Sementara itu, individu yang bermigrasi maupun hidup sendiri dapat beresiko untuk merasa kesepian, dikarenakan kesulitan untuk menjalin hubungan sosial yang stabil dengan tetangga baru serta kurangnya dukungan emosional dari anggota keluarga (Hutten dkk., 2022).

- b. Indeks status sosial ekonomi (tingkat pendidikan dan cukupnya sumber daya keuangan)

Individu yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi akan lebih merasa percaya diri untuk membangun hubungan sosial dan mampu mendapatkan dukungan sosial yang diperlukan dengan mudah. Sementara itu, individu dengan pendidikan yang kurang memadai cenderung sulit untuk membangun koneksi sosial melalui lingkungan kerja dan organisasi sosial sehingga memicu perasaan kesepian. Individu yang kurang berkecukupan dalam hal keuangan juga akan cenderung sulit mengambil bagian penting dalam kehidupan sosialnya (Hutten dkk., 2022).

- c. Memiliki cacat fisik

Individu dengan cacat fisik rentan untuk mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial atau merasa kurang diterima oleh masyarakat. Kemampuan yang terbatas dalam berinteraksi hingga stigma yang ada di dalam masyarakat dapat memicu kesepian yang dialami oleh individu dengan cacat fisik (Hutten dkk., 2022).

- d. Kesehatan mental

Individu yang memiliki kondisi kesehatan mental cenderung buruk dapat menjadi faktor yang memicu kesepian. Kondisi kesehatan mental tertentu seperti depresi dan kecemasan membuat individu merasa berbeda dengan orang lain sehingga menimbulkan rasa takut akan penolakan dan

kekhawatiran tentang pandangan orang lain terhadap individu (Hutten dkk., 2022).

- e. Partisipasi dalam kegiatan bermasyarakat (memiliki pekerjaan yang dibayar, memberi perawatan informal, dan relawan)

Individu yang jarang aktif dalam kegiatan sosial di masyarakat, umumnya memiliki keterbatasan dalam menjalin hubungan sosial yang positif dengan orang-orang di sekitarnya. Sementara di sisi lain, apabila individu sering berpartisipasi dalam kegiatan bermasyarakat maka individu akan cenderung merasa dihargai oleh orang lain karena kontribusinya dalam organisasi tersebut. Individu tanpa partisipasi dalam kegiatan bermasyarakat cenderung sulit untuk menentukan tujuan dan fokus dalam hidupnya yang menimbulkan perasaan kesepian (Hutten dkk., 2022).

- f. Frekuensi kontak sosial (kontak terbatas dengan keluarga, teman, dan kenalan atau tetangga)

Frekuensi kontak sosial mengacu pada seberapa sering individu berhubungan dan berinteraksi dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari. Faktor ini dapat memengaruhi perasaan kesepian jika individu minim melakukan interaksi sosial dengan orang-orang di sekitarnya. Peningkatan frekuensi interaksi sosial dengan keluarga, teman, atau kenalan dapat membantu individu untuk meminimalisir terjadinya kesepian (Hutten dkk., 2022).

- g. Jaringan sosial (adanya dukungan dari orang terdekat atau lainnya)

Individu yang memiliki jaringan sosial terbatas atau bahkan tidak memiliki jaringan sosial sama sekali, umumnya berpotensi untuk mengalami kesepian. Kesepian dalam hal ini dapat terjadi misalnya ketika individu pindah ke lingkungan baru, kehilangan pasangan hidup atau teman dekat, atau mengalami isolasi sosial karena faktor lain seperti pandemi (Hutten dkk., 2022).

Macià dkk (2021) menjabarkan faktor-faktor kesepian menjadi 5 jenis yaitu:

- a. Faktor sosial-ekonomi

Faktor ini merujuk pada pendapatan yang dimiliki oleh satu keluarga, yaitu apabila sebuah keluarga memiliki pendapatan yang rendah, maka dapat dikaitkan dengan tingkat kesepian yang tinggi. Menurut Holt dkk (dalam Macià dkk., 2021), salah satu contoh faktor sosial-ekonomi adalah adanya kendala uang dapat menghalangi tiap anggota keluarga untuk bergabung di suatu organisasi sosial yang memerlukan biaya keanggotaan sehingga anggota keluarga kurang terlibat dalam kegiatan sosial. Kesulitan keuangan juga dapat menjadi salah satu dampak dari renggangnya hubungan antar sesama anggota keluarga, karena rawan untuk terjadi konflik di dalam keluarga

b. Faktor gaya hidup

Faktor ini mengacu pada individu yang memiliki kebiasaan yang sehat seperti berolahraga secara teratur, menyibukkan diri pada kegiatan yang positif, dan mendapatkan jam tidur yang cukup, cenderung untuk mengalami tingkat kesepian yang rendah, begitu juga sebaliknya (Macià dkk., 2021).

c. Faktor hubungan sosial

Peraturan dalam rumah tangga dan interaksi sosial di antara sesama anggota keluarga merupakan hal yang dimaksud dalam faktor ini. Tinggal sendirian atau tinggal bersama anak tanpa pasangan (menjadi orangtua tunggal) dapat menjadi salah satu dampak yang dapat meningkatkan rasa kesepian. Selain itu, frekuensi interaksi sosial dengan masyarakat di lingkungan sekitar juga dapat berdampak dengan kesepian (Macià dkk., 2021).

d. Faktor kesehatan

Masalah kesehatan fisik dan kesehatan mental dapat membatasi individu untuk terlibat dalam kegiatan sosial maupun menjaga hubungan sosial dengan orang lain. Menurut Cacioppo dkk (dalam Macià dkk., 2021), munculnya penyakit kronis atau kondisi kesehatan buruk lainnya dapat mengakibatkan penurunan energi dan motivasi serta membatasi gerak individu dalam kegiatan sosial, sehingga muncul perasaan kesepian. Selain

itu, Cacioppo juga menambahkan bahwa masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan lainnya juga dapat menyebabkan individu kesulitan untuk mempertahankan hubungannya dengan individu lain, sehingga memunculkan adanya rasa kesepian (Macià dkk., 2021).

e. Faktor pemaknaan hidup

Ketika individu memiliki rencana hidup yang terstruktur, tujuan hidup yang jelas, dan pandangan masa depan yang bermakna, maka hal tersebut dapat membantu individu untuk mengatasi kesepian. Menurut Martella (dalam Macià dkk., 2021), adanya makna dalam hidup dapat meminimalisir terjadinya kesepian, karena individu mampu memahami tempat yang sesuai dengan keinginan individu sehingga individu akan cenderung merasa puas dengan hubungan yang dijalaninya.

#### 4. Aspek-Aspek Kesepian

Rubinstein dkk (1979) memberikan kontribusi dalam 4 aspek kesepian, yaitu:

a. *Desperation* (keputusasaan)

Kesepian dalam aspek *desperation* didefinisikan sebagai kesepian yang menyebabkan individu merasakan ketakutan dan ketidakmampuan akan potensi yang ada di dalam dirinya, sehingga individu tersebut merasa dikucilkan hingga memunculkan adanya dorongan untuk melakukan perilaku yang berisiko (seperti menyakiti diri sendiri hingga bunuh diri) (Lestari, 2020). Individu yang mengalami kesepian dalam aspek *desperation* umumnya merasa putus asa, panik, tidak berdaya, takut, tanpa harapan, ditinggalkan, dan mudah terpengaruh bujukan negatif (Rubinstein dkk., 1979)

b. *Impatient boredom* (ketidaksabaran dan kebosanan)

Kesepian dalam aspek *impatient boredom* diartikan sebagai keadaan kesepian yang membuat individu merasa bosan dengan diri sendiri karena merasa tidak puas dengan kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya (Lestari, 2020). Kesepian ini ditandai dengan perasaan kemarahan, ketidaksabaran, keinginan untuk berada di tempat lain, gelisah, dan

kesulitan untuk berkonsentrasi (Rubinstein dkk., 1979). Individu lazimnya merasa bahwa hidupnya tidak menarik atau kurang bermakna, sehingga individu seringkali tidak tahu cara yang tepat untuk mengatasi kesepian yang dialaminya.

c. *Self deprecation* (mengutuk diri)

Kesepian dalam aspek *self deprecation* mengacu pada kesepian yang menyebabkan individu tidak mampu mengatasi masalahnya sendiri (Lestari, 2020), sehingga memungkinkan untuk individu merasa bahwa diri sendiri tidak menarik, rendah diri, bodoh, mempermalukan diri sendiri, dan gelisah (Rubinstein dkk., 1979). Salah satu contoh dari kesepian yang terkait dengan *self deprecation* adalah ketika individu merasa kesepian karena tidak memiliki hubungan yang erat dengan orang lain dan individu tidak memiliki kemampuan untuk membangun hubungan tersebut.

d. *Depression* (depresi)

Kesepian dalam aspek *depression* merupakan kesepian yang menyebabkan munculnya perasaan sedih, depresi, hampa, menyesali diri sendiri, melankolis, serta berharap memiliki individu yang spesial (Rubinstein dkk., 1979). Perasaan tersebut juga berkaitan dengan sikap berupa keinginan untuk menjalin hubungan yang intim dengan orang lain, mengasingkan diri sehingga menyebabkan banyak teman tidak menyukainya, merasa sensitif, dan merasakan sedih yang mendalam sehingga mengakibatkan penderitaan (Lestari, 2020).

Van Tilburg (2021) mengemukakan pendapat berupa aspek kesepian yang dibagi menjadi 6 yaitu:

a. *Lack of connection with others and the outer world* (Kekurangan hubungan dengan orang lain atau dunia luar)

Aspek ini merujuk pada ketidakmampuan individu untuk menjalin hubungan dengan orang lain atau menyikapi dunia luar (*face the world*). Fokus dalam aspek ini adalah hubungan individu dengan dunianya dan kemampuan individu untuk berhubungan dengan orang lain. Individu dalam aspek kesepian ini umumnya merasa terputus dari orang lain dan

dunia luar. Aspek ini dapat termanifestasi dalam bentuk perasaan terpisah atau berbeda dari orang lain dan juga merasa tidak memiliki hubungan yang erat dengan siapapun. Adanya perasaan berbeda dari yang lain ini, menyebabkan munculnya perasaan hampa, sedih, tidak memiliki tujuan hidup hingga berdampak pada kesehatan mental dan fisik yang buruk (Van Tilburg, 2021).

b. *Alienation* (Keterasingan)

Manifestasi dari aspek ini adalah individu yang merasa bahwa orang-orang di sekitarnya tidak mampu mengenali jati dirinya sendiri, tidak mampu memahami kebutuhan yang dibutuhkannya dalam hidup, merasa tidak terhubung secara emosional, hingga tidak memiliki kehidupan yang diinginkannya. Aspek ini difokuskan pada hubungan individu dengan jati diri individu sendiri (Van Tilburg, 2021).

c. *Isolation* (Isolasi)

Aspek ini mengacu pada perasaan kesepian yang diakibatkan oleh kurangnya dukungan dan afeksi dari orang lain. Individu lazimnya akan merasa tidak dihargai dan merasa dikucilkan setiap menjalani hubungan dengan orang lain, sehingga hal tersebut mengakibatkan individu sulit untuk berbagi perasaan atau malu untuk mencari dukungan saat menghadapi masalah (Van Tilburg, 2021).

d. *Emptiness* (Kekosongan)

Aspek ini melibatkan perasaan kehampaan yang bermanifestasi sebagai kurangnya tujuan atau makna dalam hidup individu. Fokus dalam aspek ini adalah keadaan emosional individu dan rasa kepuasan dalam hidup individu. Hakikat individu yang mengalami kesepian dalam aspek ini merasa bahwa hidupnya tidak memiliki arah yang jelas atau tujuan (Van Tilburg, 2021).

e. *Abandonment* (Pengabaian)

Aspek ini menggambarkan kesepian yang berkaitan dengan perasaan ditinggalkan atau ditolak oleh orang lain, sehingga membuat seseorang merasa takut untuk hidup sendiri dan takut tidak mendapatkan pengakuan

atau validasi dari orang lain. Fokus dalam aspek ini adalah keadaan emosi individu dan perasaan untuk memiliki dan diterima dalam suatu hubungan (Van Tilburg, 2021).

f. *Mortality-related fears* (Ketakutan akan kematian)

Aspek ini berpusat pada kesadaran individu tentang ketidakabadian diri individu dan pertanyaan-pertanyaan yang muncul sebagai akibat dari kesadaran ini. Pertanyaan tentang arti hidup dan kesadaran akan akhir hayat memungkinkan individu untuk merasakan kesepian, karena individu akan cenderung merenungi makna hidup, tujuan dari eksistensi, atau bahkan kehidupan setelah kematian (Van Tilburg, 2021).

Galanaki (2004) mengemukakan aspek-aspek yang terkait dengan kesepian, seperti:

a. Aspek emosi

Bentuk kesepian dalam aspek emosi merujuk pada perasaan tidak nyaman secara emosional terkait dengan rasa sedih dan ketidakberdayaan. Rasa emosional tersebut disebabkan oleh perasaan kesedihan dan kebosanan yang muncul akibat individu berada pada situasi yang membuat individu merasa sendirian atau terisolasi dari interaksi sosial yang diharapkan (Galanaki, 2004).

b. Aspek kognitif

Bentuk kesepian dalam aspek kognitif merujuk pada penilaian individu terhadap kurangnya interaksi sosial yang memadai dan kepuasan dalam memenuhi kebutuhan sosial dasar seperti teman, dukungan emosional, afeksi, kepercayaan, dan perasaan dihargai dan dicintai. Kesepian yang berkelanjutan ini dapat mengurangi harga diri dan kebahagiaan individu (Galanaki, 2004).

c. Aspek interpersonal

Bentuk kesepian dalam aspek interpersonal merujuk pada situasi ketika individu tidak berada dekat dengan orang lain secara fisik atau merasa tidak terhubung dengan orang lain meskipun berada dalam satu tempat atau hubungan yang dekat secara fisik, sehingga menumbuhkan rasa kesepian

(Galanaki, 2004).

## **B. Kelekatan Orangtua dan Anak**

### **1. Pengertian Kelekatan Orangtua dan Anak**

John Bowlby, seorang psikolog asal London, memperkenalkan istilah kelekatan (*attachment*) yaitu kecenderungan dan keinginan manusia untuk membentuk hubungan dekat dengan orang lain dan merasa puas dalam hubungan tersebut (Soetjiningsih, 2012). John Bowlby juga menambahkan pendapat bahwa kelekatan merupakan hubungan yang bersifat abadi (tidak mengenal waktu) dalam perjalanan kehidupan manusia, dimulai dari kelekatan anak pada orangtua (Soetjiningsih, 2012). Kelekatan antara orangtua dan anak menjadi peran utama dalam memenuhi kebutuhan dasar, seperti rasa aman, ikatan emosional, dan hubungan yang nyata antara anak dan orangtua (Holmes, 2014). Selanjutnya, pandangan Ali dkk (2021) mengenai kelekatan orangtua dan anak yaitu hubungan yang penuh kasih sayang dan saling memuaskan antara anak dengan figur lekat khususnya orangtua, dengan tujuan untuk membuat anak merasa aman, terjamin, dan terlindungi.

Menurut Sari dkk (2018), kelekatan orangtua dan anak dapat diartikan sebagai interaksi yang saling berpengaruh antara anak dan orangtua, yang berkaitan dengan pemberian afeksi dan pengasuhan yang tepat. Klaus dan Kennell (dalam Trombetta dkk., 2021) melengkapi pendapat tersebut dengan memberikan gambaran kelekatan orangtua dan anak sebagai kelekatan yang terjalin di antara orangtua dan anak dan didasari oleh kontak kulit-ke-kulit antara satu sama lain selama periode awal berpikir kritis. Waters dan Cummings (2000) mendefinisikan *parent attachment* sebagai tindakan saat anak memandang orangtua tidak hanya sebagai tempat atau wadah yang cocok untuk anak mengeksplorasi dunianya, tetapi juga sebagai tempat berlindung yang aman dan sumber dari kenyamanan. Kelekatan orangtua dan anak adalah salah satu penentu lingkungan utama yang berkaitan dengan kesejahteraan anak-anak. Contohnya seperti anak-anak yang memiliki kelekatan yang aman dengan orangtua mereka, memungkinkan untuk mengalami lebih sedikit

kesulitan internal maupun eksternal. Anak akan jauh lebih kompeten secara sosial dan memiliki kualitas pertemanan yang lebih baik.

Berdasarkan teori yang telah diungkapkan oleh beberapa tokoh tersebut, maka didapatkan kesimpulan bahwa kelekatan orangtua dan anak merupakan ikatan maupun hubungan emosional yang dibangun antara orangtua dan anak, yang berkembang sejak masa awal kehidupan dan membentuk dasar dari pola perilaku serta hubungan interpersonal anak di masa depan.

## **2. Faktor Kelekatan Orangtua dan Anak**

Menurut Crain (2007), kelekatan orangtua dan anak dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu:

- a. Kepuasan anak terhadap objek yang diberikan  
Kepuasan anak terhadap objek yang diberikan dalam kelekatan orangtua merujuk pada perasaan senang atau puas yang dirasakan oleh anak terhadap objek yang diberikan oleh orangtuanya, seperti makanan, mainan, atau perhatian. Senada dengan hal tersebut dapat diperkirakan apabila anak merasa puas akan adanya objek yang diberikan oleh orangtua, maka anak akan merasakan adanya ikatan batin dengan orangtuanya dan juga menimbulkan rasa aman, begitu juga sebaliknya (Crain, 2007).
- b. Respon yang diberikan oleh anak dan orangtua terhadap setiap tindakan yang menunjukkan perhatian  
Perhatian merupakan bentuk komunikasi verbal maupun non-verbal yang menunjukkan bahwa orangtua peduli dan memperhatikan kebutuhan atau keinginan anak. Anak biasanya menunjukkan perhatian mereka berupa senyuman, pujian, sampai dengan respons fisik seperti pelukan atau ciuman. Senada dengan hal tersebut, anak yang mendapat respon yang positif dan konsisten dari orangtua terhadap setiap tindakan positif yang dilakukannya, cenderung merasa dihargai dan terikat dengan orangtuanya (Crain, 2007).
- c. Frekuensi waktu kebersamaan antara anak dengan orangtua untuk membangun kelekatan

Waktu yang dihabiskan bersama-sama dapat membantu memperkuat kelekatan antara anak dan orangtua, serta memberikan kesempatan untuk membangun kepercayaan dan hubungan yang lebih mendalam. Frekuensi waktu kebersamaan juga perlu diimbangi dengan kualitas interaksi. Kendati waktu yang dihabiskan bersama-sama termasuk hal yang penting, interaksi yang berkualitas dan responsif juga penting untuk memperkuat kelekatan. Selain itu, konsistensi waktu dalam kebersamaan antara anak dan orangtua dapat membangun kepercayaan yang lebih dalam antara anak dan orangtua dan membantu anak merasa aman dengan orangtuanya (Crain, 2007).

Ali dkk (2021) menyoroti pentingnya faktor-faktor yang memengaruhi kelekatan orangtua dan anak, sebagai berikut:

a. **Kebutuhan akan kedekatan**

Faktor ini mengacu pada kecenderungan anak untuk mencari kedekatan fisik dengan orangtua atau figur kelekatan, saat anak membutuhkan kenyamanan, dukungan, dan perawatan. Ainsworth dkk (dalam Ali dkk., 2021) menambahkan bahwa kebutuhan ini juga berupa pengasuhan oleh orangtua atau figur lekat yang responsif dan sensitif, sehingga antara anak dan orangtua dapat mengembangkan kelekatan yang aman.

b. **Sumber atau pondasi yang aman**

Orangtua atau figur lekat berfungsi sebagai batu pijakan yang aman bagi anak untuk dapat menjelajahi dunianya. Adanya perasaan aman dan nyaman yang anak miliki saat orangtua atau figur lekat hadir dan selalu berada di sampingnya, mampu membuat anak menjelajahi dunianya dengan percaya diri. Menurut Perairan dkk (dalam Ali dkk., 2021), orangtua atau figur lekat yang menjadikan dirinya sebagai landasan yang aman bagi anaknya akan membuat anak berani untuk terlibat dalam pengalaman baru, karena anak akan merasa bahwa anak dapat kembali ke orangtua atau figur lekat saat anak membutuhkan kenyamanan.

c. **Tempat untuk berlindung yang aman**

Faktor ini merujuk pada orangtua atau figur kelekatan yang menyediakan tempat perlindungan yang aman bagi anak untuk mencari ketenangan saat

anak sedang mengalami kesulitan, ketakutan, kelelahan, maupun sakit. Anak akan merasa terjamin ketentraman hidupnya dan terlindungi karena adanya kehadiran orangtua atau figur lekatnya (Ali dkk., 2021).

d. Hubungan emosional

Faktor ini mengacu pada kecenderungan anak secara selektif mendekati diri pada orangtua atau figur lekat untuk mendapatkan afeksi dan mencari dukungan emosional. Bowlby (dalam Ali dkk., 2021) mengungkapkan bahwa ketika anak merasa terhubung secara emosional dengan orangtua atau figur lekatnya, maka anak akan yakin dan mengandalkan orangtua atau figur lekatnya untuk membimbingnya menjadi pribadi yang lebih baik.

Beberapa faktor memengaruhi kelekatan orangtua dan anak seperti yang disebutkan oleh Xie dkk (2019), ialah:

a. Kesiapan dan kesediaan secara fisik dan mental

Faktor ini merujuk pada sejauh mana orangtua bersedia atau hadir dan responsif dalam menanggapi kebutuhan anak secara fisik maupun mental. Orangtua yang siap secara emosional maupun mental untuk memenuhi kebutuhan anak, akan membuat anak merasa aman dan merasa memiliki orang-orang yang dapat menemaninya di kala senang maupun sedih. Anak juga akan belajar mengenali dan mengungkapkan emosi dengan cara yang lebih sehat dan positif (Xie dkk., 2019).

b. Komunikasi

Komunikasi merupakan salah satu faktor penting dalam kelekatan orangtua karena melibatkan interaksi verbal maupun non-verbal antara orangtua dan anak. Misalnya, orangtua dapat berupaya dengan mendengarkan cerita anak dengan aktif, mengekspresikan empati, dan memberikan dukungan pada anak. Adanya komunikasi yang baik membuat orangtua dapat memahami perasaan, kebutuhan, dan pikiran anak mereka dengan lebih detail (Xie dkk., 2019).

c. Kepercayaan

Faktor ini mengacu pada anak yang memiliki keyakinan bahwa orangtua akan memenuhi janji-janji yang anak buat dan anak juga akan patuh pada

nilai dan norma yang telah orangtua ajarkan. Adanya kepercayaan yang terjalin di dalam kelekatan orangtua, membuat anak dapat mengungkapkan kegembiraan maupun kekhawatiran tanpa takut untuk dihakimi atau ditolak (Xie dkk., 2019).

d. Konsistensi

Terciptanya konsistensi di dalam kelekatan yang dijalin antara orangtua dan anak dapat memunculkan stabilitas dan kepastian dalam hubungan. Konsistensi yang dimiliki orangtua dapat membuat anak mengandalkan orangtua pada semua pengalaman yang terjadi di hidupnya dan lebih memahami harapan orangtua. Anak juga akan merasa yakin bahwa orangtuanya akan ada untuk mereka secara konsisten, tanpa peduli apapun situasi yang sedang dihadapinya (Xie dkk., 2019).

### 3. Aspek-Aspek Kelekatan Orangtua dan Anak

Menurut Erwin (dalam Hermasanti, 2009), ada 3 aspek dalam kelekatan orangtua dan anak yaitu sebagai berikut :

a. Penerimaan Figur Lekat

Kelekatan orangtua dalam aspek ini dikaitkan dengan anak mampu menerima kekurangan dan kelebihan dari orangtua, sehingga anak dapat memberikan kepercayaan terhadap lingkungan disekitarnya, menerima perbedaan dan keunikan pada diri orang lain dan menjalin kelekatan yang aman dengan orang lain. Kelekatan orangtua yang aman membuat anak merasa diterima dan dihargai oleh orangtua, sehingga dapat mengeksplorasi dunianya dengan lebih leluasa dan memperluas jaringan sosialnya dengan mudah (Hermasanti, 2009).

b. Sensitivitas Atau Kepekaan Figur Lekat

Kelekatan orangtua dalam aspek sensitivitas atau kepekaan figur lekat dikaitkan dengan seberapa besar kesadaran atau kepekaan orangtua terhadap sinyal atau pertanda yang diberikan anak terhadap orangtua serta kecakapan orangtua dalam memahami kebutuhan anak. Orangtua yang sensitif akan lebih mampu membaca dan memahami kebutuhan anak serta mampu menyesuaikan diri dengan kebutuhan dan preferensi anak, sehingga

dapat memberikan dukungan dan perhatian yang sesuai dengan kebutuhan anak (Hermasanti, 2009).

c. Responsivitas Kedua Belah Pihak

Kelekatan orangtua dalam aspek responsivitas kedua belah pihak dikaitkan dengan cara orangtua dan anak memandang kebutuhan masing-masing individu. Responsivitas ini berkaitan dengan kemampuan orangtua dan anak untuk memahami, menerima, dan merespons kebutuhan satu sama lain. Orangtua dan anak yang memiliki kelekatan yang sehat umumnya saling memperhatikan dan merespons perasaan, kebutuhan, dan keinginan satu sama lain. Kelekatan yang responsif membuat orangtua dan anak saling menghargai kebutuhan dan preferensi masing-masing, serta berusaha untuk menemukan solusi yang saling menguntungkan dalam situasi yang sulit atau menantang (Hermasanti, 2009).

Gagliardi (2021) mengemukakan bahwa kelekatan orangtua dan anak dibagi menjadi 3 dimensi atau aspek yaitu :

a. *Disorganization* (Ketidakaturan)

Kelekatan yang tidak teratur didefinisikan sebagai kelekatan yang terjadi ketika orangtua secara konsisten kurang dapat merasakan penderitaan yang dialami oleh anak. Misalnya, anak merasa cemas atau ketakutan ketika ditinggalkan berduka bersama dengan pengasuhnya (Gagliardi, 2021).

b. *Avoidance* (Penghindaran)

Kelekatan penghindaran didefinisikan sebagai kelekatan di mana orangtua gagal untuk menunjukkan perhatian di luar kebutuhan primernya seperti sandang, pangan dan tempat tinggal (Gagliardi, 2021).

c. *Ambivalence* (Ambivalensi)

Kelekatan ambivalensi didefinisikan sebagai keadaan ketika anak cenderung cemas dan berfikir bahwa orangtua yang mereka cintai akan meninggalkan mereka. Anak-anak dengan kelekatan ambivalen cenderung percaya bahwa hanya karena mereka dicintai pada hari ini, tidak berarti mereka akan tetap dicintai selamanya (Gagliardi, 2021).

Armsden dan Greenberg (dalam Vignoli dan Mallet, 2004) mengemukakan bahwa aspek kelekatan orangtua dan anak dibagi menjadi 3 yaitu:

a. Kepercayaan

Kepercayaan adalah sikap yang dimiliki individu berupa pemahaman yang baik akan keamanan dan keyakinan untuk berbagi pikiran serta perasaan. Erickson (1950) di dalam bukunya yang berjudul *Childhood and Society*, mengungkapkan bahwa kepercayaan dalam hal kelekatan orangtua, misalnya seperti perilaku seorang bayi yang dipengaruhi oleh kualitas hubungan ibu-anak dan kepekaan ibu terhadap kebutuhan anak.

b. Komunikasi

Komunikasi dalam konteks kelekatan orangtua mencakup berbagai bentuk interaksi baik dilakukan secara langsung maupun tidak langsung, yang bertujuan untuk mengembangkan rasa kepercayaan dan mempererat keterikatan dengan orangtua. Ishak dkk (2010) memaparkan bahwa komunikasi didefinisikan sebagai aktivitas wacana yang dapat berupa verbal dan non verbal yang dirasakan dan dapat terjadi antara individu dengan figur lekat.

c. Keterasingan

Keterasingan pada kelekatan orangtua didefinisikan sebagai sebuah interaksi yang ada ketika seorang anak memiliki rasa terisolasi dan merasa kurang terpenuhi akan afeksi dari orangtuanya (Clarkei dkk., 2020). Contoh dari aspek keterasingan yaitu mulai dari masalah pengasuhan orangtua tunggal sampai dengan munculnya perasaan diabaikan dan kekurangan kasih sayang dari orangtuanya (Vignoli dan Mallet, 2004).

## C. Harga Diri

### 1. Pengertian Harga Diri

Julius Rosenberg adalah seorang psikolog dari Amerika Serikat yang mendefinisikan harga diri sebagai "penilaian positif" individu terhadap dirinya sendiri (Ju Young & Eun Young, 2019). Rosenberg juga merancang skala

untuk mengukur harga diri. Lebih lanjut, Rosenberg menekankan bahwa individu dengan harga diri yang tinggi memiliki persepsi positif tentang nilai dan kelayakan dalam diri individu, sehingga membuat individu merasa bahwa individu layak untuk mendapatkan cinta dan perlindungan (Ju Young & Eun Young, 2019). Sedikides dan Gress (dalam Khalek, 2016) memberikan pengertian tentang harga diri berupa persepsi atau penilaian individu yang bersifat subjektif terhadap nilai diri, perasaan, dan kepercayaannya pada diri sendiri. Sedikides dan Gress juga menambahkan bahwa sejauh mana individu dapat memiliki pendapat yang baik atau buruk tentang diri mereka sendiri adalah bagian penting dari harga diri. Cast dan Burke (dalam Sages dan Grable, 2011) berpendapat bahwa harga diri adalah evaluasi positif terhadap diri sendiri yang terdiri dari dua evaluasi yaitu kompetensi (persepsi individu terhadap dirinya sebagai individu yang mampu dan efektif) dan nilai (persepsi individu terhadap dirinya sebagai individu yang berharga).

Mann dkk (2004) mengidentifikasi pengertian harga diri sebagai cara individu menilai dan melihat diri sendiri, yang mampu memengaruhi aspirasi, tujuan pribadi, dan interaksi individu dengan orang lain. Harga diri dalam aspek perilaku tiap individu diasosiasikan sebagai bentuk kepercayaan diri yang memiliki kaitannya dengan diri individu secara keseluruhan (misalnya: "Saya adalah individu yang menyenangkan) ataupun sebuah bakat khusus yang dimiliki individu (misalnya : "Saya dapat membuat orang tertawa) (Markus dan Wurf, 1987). Hepper (2016) mengemukakan pendapatnya tentang pengertian harga diri sebagai dimensi dalam individu yang saling berkesinambungan dari tinggi hingga rendah. Tingkatan tinggi rendah yang dimaksud oleh Hepper (2016) adalah individu dengan harga diri yang tinggi dapat memandang diri mereka sendiri secara positif, sedangkan individu yang memiliki harga diri rendah memiliki pandangan negatif yang beragam atau bahkan meragukan nilai mereka sendiri.

Berdasarkan teori yang telah diutarakan oleh beberapa tokoh tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa harga diri adalah sebuah evaluasi berupa opini/pendapat yang dimiliki oleh individu terhadap diri sendiri tentang

seberapa besar individu dapat mencintai diri sendiri, merasa mampu untuk menyelesaikan suatu tantangan, dan merasa puas akan diri sendiri terlepas dari kekurangan yang ada.

## 2. Faktor Harga Diri

Menurut Yudiono dan Sulisty (2020), faktor dari harga diri dibagi menjadi 3 yaitu :

### a. Faktor lingkungan belajar dan kemampuan berinteraksi

Lingkungan belajar yang kondusif dan kemampuan sosial yang baik, dapat membantu individu memiliki harga diri yang tinggi, dikarenakan individu cenderung merasa percaya diri dalam menghadapi tantangan dan memiliki potensi kecil untuk mengalami masalah dalam hubungan interpersonal (Yudiono dan Sulisty, 2020).

### b. Faktor kemampuan berfikir dan pengembangan

Kemampuan berfikir yang baik dan pengembangan diri penting dalam membantu individu untuk memahami diri sendiri, merasa kompeten dan menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik, sehingga hal tersebut dapat meningkatkan harga diri (Yudiono dan Sulisty, 2020).

### c. Faktor afektif

Faktor afektif mencakup hal-hal seperti kebahagiaan, rasa percaya diri, dan persepsi keseluruhan individu terhadap nilai diri sendiri, yang dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu. Kebahagiaan dan kepuasan hidup yang tinggi dapat meningkatkan harga diri individu (Yudiono dan Sulisty, 2020).

Orth dan Robins (2014) menyatakan bahwa faktor-faktor yang berkontribusi pada harga diri adalah:

### a. Hubungan sosial

Hubungan yang positif seperti adanya dukungan dan saling memelihara antara satu sama lain individu dapat berkontribusi pada harga diri yang lebih tinggi. Misalnya, ketika keluarga, teman, saudara, maupun orang terdekat menerima segala kekurangan dan kelebihan individu dengan lapang dada dan selalu memberikan validasi/pujian di setiap pencapaian yang telah diraih individu, maka hal tersebut berdampak pada peningkatan

harga diri dan kepercayaan diri individu (Orth dan Robins, 2014).

b. Pencapaian dan kesuksesan

Prestasi yang diraih di berbagai bidang seperti akademik, pekerjaan, ataupun hobi dapat memengaruhi harga diri secara signifikan. Ketika individu dapat mencapai tujuan atau keinginan yang selalu diimpikannya, maka individu akan merasa puas dan bangga dengan diri individu sendiri. Namun, yang lebih penting adalah bahwa harga diri tidak hanya mengandalkan pencapaian eksternal, tetapi juga kualitas internal seperti sehat secara mental dan ada penerimaan dalam diri (Orth dan Robins, 2014).

c. Penampilan fisik

Anggapan masyarakat terhadap penampilan fisik dan standar kecantikan lazimnya dapat memengaruhi persepsi individu dalam memandang diri sendiri dan tingkat harga diri individu. Banyak elemen yang dapat memengaruhi harga diri individu tentang penampilan fisik, termasuk norma sosial, pengaruh media sosial, atau bahkan pengalaman pribadi individu (Orth dan Robins, 2014).

d. Nilai dan keyakinan

Ketika individu memiliki nilai yang kuat dan yakin pada setiap tindakan yang individu lakukan, maka hal tersebut dapat meningkatkan harga diri individu. Perihal tersebut dikarenakan individu merasa bahwa hidup individu sesuai dengan jati diri individu sebenarnya dan individu merasakan adanya ketulusan atau keteguhan hati dalam menjalani hidup (Orth dan Robins, 2014).

e. *Locus of control* internal

Aspek yang mengacu pada keyakinan individu bahwa individu memegang kendali atas kehidupannya sendiri dan hasil yang individu capai ini, dapat meningkatkan harga diri apabila individu memiliki *locus of control* internal yang kuat. Individu lazimnya akan meyakini bahwa setiap tindakan dan upaya yang diusahakan dapat memengaruhi keberhasilan individu. Individu juga merasa bertanggung jawab atas pilihan dan

keputusan yang telah individu buat (Orth dan Robins, 2014).

f. Budaya dan sosial

Norma budaya yang ada di dalam tempat individu tinggal, ekspektasi masyarakat, dan pengaruh media sosial dapat memengaruhi cara individu memandang diri sendiri. Misalnya, masyarakat yang memprioritaskan latar belakang individu atau pencapaian tertentu dapat menyebabkan rendahnya harga diri individu yang tidak mampu untuk memenuhi standar tersebut dan harapan masyarakat (Orth dan Robins, 2014).

g. Pengalaman masa kecil

Pola pengasuhan, kelekatan, dan trauma masa kecil dapat berdampak pada perkembangan harga diri individu. Misalnya, pola pengasuhan yang penuh dengan kehangatan dan dukungan dikaitkan dengan harga diri yang lebih tinggi, begitu juga sebaliknya. Adanya kelekatan yang aman terjalin di antara individu dengan orang terdekat juga dapat menumbuhkan harga diri yang tinggi. Selain itu, trauma masa kecil seperti pengabaian atau bahkan pelecehan juga berdampak pada harga diri dalam jangka panjang (Orth dan Robins, 2014).

Wijayati dkk (2020) mengidentifikasi faktor-faktor yang berperan dalam membentuk harga diri, yaitu:

a. Riwayat penganiayaan fisik

Pengalaman penganiayaan fisik seperti mendapatkan kekerasan fisik atau perlakuan kasar, dapat menyebabkan trauma secara psikologis dan merusak harga diri dari individu tersebut. Individu yang mengalami penganiayaan lazimnya akan mengalami ketidakberdayaan, lemah, keraguan diri, dan cemas. Suatu hal yang ditakutkan adalah apabila individu merasa bahwa dirinya pantas untuk dianiaya atau mendapat perlakuan buruk (Orth dan Robins, 2014).

b. Kehilangan orang terdekat

Ketika individu kehilangan orang yang dicintainya, seperti pasangan, keluarga, teman, maka individu akan merasakan kesepian dan kehampaan. Kehilangan orang terdekat dapat memengaruhi harga diri karena individu

akan merasa tidak berarti karena tidak ada sosok yang individu cintai berada di dekatnya (Orth dan Robins, 2014).

c. Penolakan keluarga

Faktor ini merujuk pada penolakan kepada individu yang dapat berupa perlakuan dingin, pengabaian emosional, atau penolakan sosial. Individu yang ditolak oleh keluarganya, memungkinkan untuk merasa tidak dicintai dan diinginkan. Perasaan tertolak oleh orang-orang yang seharusnya memberikan dukungan dan kasih sayang, dapat mengganggu persepsi individu terhadap diri sendiri (Orth dan Robins, 2014).

d. Kegagalan yang berulang

Faktor ini mengacu pada perasaan frustrasi, kecewa dan putus asa yang disebabkan oleh kegagalan yang dialami individu dalam meraih kesuksesan. Kegagalan yang berulang dapat membuat individu merasa tidak kompeten, tidak percaya bahwa diri individu mampu untuk menghadapi tantangan, dan individu merasa bahwa usaha yang telah individu lakukan hanya sia-sia, sehingga lazimnya akan membuat harga diri individu menjadi rendah (Orth dan Robins, 2014).

### 3. Aspek-Aspek Harga Diri

Coopersmith (dalam Trisakti dan Astuti, 2014) mengungkapkan beberapa aspek dari harga diri adalah:

a. *Power* (Kekuatan)

*Power* didefinisikan sebagai kemampuan individu yang berkaitan dengan potensi untuk dapat memengaruhi dan mengendalikan orang lain. Kipnis (dalam Wojciszke dan Struzynska-Kujalowicz, 2007) memaparkan bahwa ketika individu memiliki *power*, maka individu memiliki keunggulan dan kapasitas kemampuan yang lebih dibanding orang lain sehingga mereka mendapatkan dukungan berupa apresiasi/penghormatan dari orang lain.

b. *Significant* (Keberartian)

*Significant* didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk merasa sebagai manusia yang berharga berdasarkan kemampuan, penerimaan, dan keberhasilan yang telah ia capai (Trisakti dan Astuti, 2014)

c. *Virtue* (Kebajikan)

*Virtue* didefinisikan sebagai kepatuhan terhadap nilai moral, etika, dan agama yang berlaku di lingkungannya. Kepatuhan ini berupa tindakan menjauhi larangan dan mematuhi moral. *Virtue* digambarkan sebagai kepatuhan akan moral, etika, dan prinsip yang ada dalam lingkungan individu dan ditandai dengan mematuhi tindakan yang diperbolehkan dan dilarang (Perdini dan Hutahaean, 2020).

d. *Competence* (Kompetensi)

*Competence* didefinisikan sebagai kemampuan individu yang berkaitan dengan sebuah tekad untuk mencapai prestasi demi mendapatkan hal yang diinginkannya. Rama dan Sarada (2017) berpendapat bahwa individu dengan harga diri yang tinggi memiliki sebuah dampak positif dalam meningkatkan kompetensi di diri individu.

Tiga aspek yang memengaruhi harga diri yang telah disebutkan oleh Stets dan Burke (2014), sebagai berikut:

a. *Worth-based esteem*

Aspek ini berkaitan dengan harga diri yang berbasis nilai, yaitu mengacu pada cara individu melihat diri sendiri saat berinteraksi dengan orang lain. Individu juga memiliki nilai positif tentang diri sendiri karena karakteristik unik dan alami yang hanya dimiliki dan disadari oleh individu. Demikian pula, ketika individu menyadari tentang karakteristik khas yang individu miliki, maka individu akan cenderung percaya diri saat bertemu tatap muka dengan orang lain (Stets dan Burke, 2014).

b. *Efficacy-based esteem*

Harga diri dalam aspek ini merujuk pada keyakinan individu terhadap diri sendiri dalam mencapai hasil yang diinginkannya. Contoh dari aspek ini adalah individu yakin bahwa individu akan berhasil menyelesaikan tugas, menghadapi tantangan, atau meraih tujuan yang individu cita-citakan. Aspek ini menekankan pada pentingnya penilaian individu terhadap kemampuan diri sendiri dalam berkompetensi dan mengatasi situasi yang dihadapi (Stets dan Burke, 2014).

c. *Authenticity-based esteem*

Aspek ini mengacu pada penilaian diri yang muncul ketika individu dapat mengungkapkan dan mengaktualisasikan jati diri individu dengan cara individu sendiri/autentik. Harga diri ini berfokus pada pentingnya jati diri yang konsisten dalam nilai, kepercayaan, moral, dan hal-hal lain yang dianggap penting oleh individu itu sendiri. Individu yang mampu hidup sesuai dengan nilai, percayaan, moral pribadinya, lazimnya individu akan merasa lebih menerima dan berani untuk mengambil keputusan yang sesuai dengan jati diri individu (Stets dan Burke, 2014).

Terdapat dua aspek harga diri sebagaimana diungkapkan oleh Ramsdal (2008), yaitu:

a. *Self-liking*

Aspek ini merujuk pada seberapa jauh individu merasa puas dengan kodrat individu sebagai manusia, termasuk karakteristik, keadaan tubuh, perilaku, dan hal lain yang ada di dalam diri individu. Penerimaan diri dan rasa puas terhadap diri sendiri membentuk individu menjadi pribadi dengan harga diri yang tinggi dan memiliki kesejahteraan emosional serta psikologi. *Self-liking* juga berhubungan secara khusus dengan perasaan sukacita, kesadaran akan keunikan individu, dan kesadaran untuk menunjukkan jati diri individu saat berinteraksi dengan orang lain (Ramsdal, 2008).

b. *Self competence*

Aspek ini merujuk pada sejauh mana individu merasa mampu dan kompeten dalam mencapai tujuan dan menyelesaikan tugas yang individu hadapi. Perihal tersebut juga berkaitan dengan cara individu menilai keberhasilan dan kegagalan yang terjadi selama individu mengerjakan tugas-tugasnya. *Self Competence* memiliki keterkaitan dengan karakteristik kepribadian seperti kecenderungan individu untuk bersosialisasi dan keterbukaan terhadap pengalaman baru (Ramsdal, 2008).

#### **D. Hubungan Antara Kelekatan Orangtua dan Anak serta Harga Diri dengan Kesepian**

Sullivan (dalam Stein dan Tuval-Mashiach, 2015) mengungkapkan pendapatnya bahwa salah satu sumber utama yang dapat menjadi pemicu munculnya rasa kesepian pada individu adalah kurangnya kelekatan yang terjalin dengan figur lekat, seperti tidak adanya hubungan yang erat atau dekat dengan orang-orang di sekitar individu. Kurangnya interaksi sosial yang membuat individu merasa puas menyebabkan individu merasa bahwa tidak ada yang benar-benar mampu memahami dan mendukung individu secara emosional. Larose dkk (2002) juga berpendapat bahwa dibutuhkan kualitas yang baik dalam kelekatan antara orangtua dan anak, sehingga mampu mendorong angka kesepian yang dialami anak semakin rendah. Anak yang memiliki hubungan dengan orangtua cenderung hangat dan mendukung akan memiliki pola hidup yang positif, karena anak merasa dicintai dan berada dekat dengan orangtua yang selalu peduli dengan dirinya.

Kelekatan antara orangtua dan anak dengan kualitas yang baik dapat membuat anak lebih mudah mengembangkan pandangan positif terhadap diri sendiri, memiliki harga diri cenderung tinggi, dan dapat membentuk hubungan kelekatan yang aman dengan orang lain. Sementara itu, kesepian yang dialami oleh anak tidak hanya dipengaruhi oleh kelekatan orangtua dan anak yang terjalin cenderung buruk, namun juga rendahnya harga diri yang dimiliki oleh anak. Menurut Maccoby dan Martin (dalam Leary, 1990) adanya penolakan, pengucilan, dan pengasingan baik dari orangtua maupun teman sebaya dapat memberikan berbagai resiko buruk yang dapat memicu adanya kesepian dan harga diri yang rendah. Anak yang memiliki minim interaksi dengan orangtuanya, lazimnya memiliki harga diri yang rendah dan kesepian yang tinggi. Minimnya kelekatan yang terjalin baik pada orangtua maupun anak, memiliki besar kemungkinan untuk terjadinya kesalahpahaman satu sama lain, muncul rasa kesepian dan rasa tidak bernilai pada orangtua maupun anak (Chen dan Hu, 2022). Anak yang merasa kesepian disebabkan oleh kurangnya komunikasi dan kelekatan

aman yang terjalin dengan orangtuanya, dapat memiliki kemungkinan bahwa harga diri anak tersebut juga akan turut rendah.

Kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dapat dikaitkan dengan 4 aspek kesepian menurut Rubinstein dkk (1979). Pertama, dalam aspek *desperation* (keputusasaan), jika anak merasa kekurangan dukungan dan kehangatan orangtua, lazimnya anak akan merasa tidak diakui oleh orangtua dan putus asa untuk mencari jalan keluar dalam mengatasi kesepiannya. Oleh karena itu, anak akan mengalami kesulitan dalam mengembangkan harga diri. Kedua, dalam aspek *impatient boredom* (ketidaksabaran dan kebosanan), ketika anak merasa bahwa hubungan dengan orangtuanya kurang memadai, anak umumnya akan merasa kehampaan dan tidak puas dengan diri sendiri dikarenakan adanya rasa kurang berguna untuk orangtuanya. Ketiga, dalam aspek *self deprecation* (mengutuk diri), ketika anak merasa bahwa anak tidak bisa mengandalkan orangtua dalam hal pembimbingan dan pemahaman, anak umumnya merasa tidak layak untuk mendapatkan perhatian sehingga memicu adanya perasaan kekosongan. Terakhir, pada aspek *depression* (depresi), ketika anak merasa bahwa hubungan dengan orangtua kurang mendalam dan emosional, anak umumnya akan merasa kesepian dan merindukan hubungan yang lebih dekat. Kesepian tersebut dapat memengaruhi harga diri, karena anak lazimnya akan merasa tidak dicintai atau dihargai sepenuhnya dengan orangtua.

#### **E. Hipotesis**

Hipotesis penelitian yang akan diuji dalam penelitian ini didasarkan pada uraian teori peneliti, yaitu sebagai berikut:

##### 1. Hipotesis Mayor:

Ada hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian.

##### 2. Hipotesis Minor:

###### A. Hipotesis Minor 1:

Ada hubungan negatif antara kelekatan orangtua dan anak dengan kesepian, yang mana semakin rendah kelekatan orangtua dan anak maka

akan semakin tinggi kesepian.

B. Hipotesis Minor 2:

Ada hubungan negatif antara harga diri dengan kesepian, yang mana semakin rendah harga diri maka akan semakin tinggi kesepian.





diandalkan saat masa sulit serta tidak adanya hubungan sosial yang dapat dijangkau secara luas. Fokus yang akan peneliti gunakan dalam penelitian ini mencakup aspek *desperation* (keputusasaan), *impatient boredom* (ketidaksabaran dan kebosanan), *self deprecation* (mengutuk diri), dan *depression* (depresi) berdasarkan pandangan Rubinstein dkk (1979).

Tingkat kesepian individu berkorelasi dengan skor perilaku kesepian yaitu apabila semakin tinggi skor kesepian, maka semakin tinggi pula tingkat kesepian yang dialami oleh individu. Demikian pula apabila semakin rendah skor kesepian, maka semakin rendah pula tingkat kesepian yang dialami oleh individu.

## **2. Kelekatan Orangtua dan Anak**

Kelekatan orangtua dan anak merupakan sebuah ikatan penuh kasih dan kepuasan antara anak dan figur lekat dalam hidupnya terutama orangtua serta tujuannya adalah agar anak merasa aman, terjaga, dan terlindungi. Faktor kebutuhan akan kedekatan, tempat untuk berlindung yang aman, dan hubungan emosional dapat menjadi tiga faktor yang menumbuhkan kelekatan orangtua dan anak pada individu. Pengalaman awal individu dan kelekatan yang dibangun antara anak dan orangtua pada saat kanak-kanak berpengaruh terhadap kualitas hubungan individu di masa yang akan datang. Kelekatan orangtua dan anak membahas tentang keterikatan aman maupun tidak aman yang diberikan oleh orangtua kepada anak, dimulai dari pola pengasuhan sampai dengan cara berinteraksi dengan dunia luar. Aspek kelekatan orangtua dan anak menurut Erwin (dalam Hermasanti, 2009) akan digunakan dalam penelitian ini yaitu penerimaan figur lekat, kepekaan atau sensitivitas figur lekat, dan responsivitas kedua belah pihak.

Tingkat kelekatan orangtua dan anak individu meningkat seiring dengan meningkatnya skor kelekatan orangtua dan anak. Demikian pula, skor kelekatan orangtua dan anak yang rendah mengindikasikan rendahnya kelekatan orangtua dan anak yang ada pada individu.

## **3. Harga Diri**

Pandangan atau penilaian pribadi yang subjektif terhadap nilai diri,

perasaan, dan keyakinan pada diri sendiri merupakan definisi dari harga diri. Faktor lingkungan belajar dan kemampuan berinteraksi, faktor kemampuan berfikir dan pengembangan, serta faktor afektif dapat menjadi tiga faktor yang dapat mengembangkan harga diri pada individu. Individu yang tidak menghargai diri sendiri akan cenderung kurang percaya diri dan melihat diri sendiri sebagai sumber negatif. Sementara itu, individu yang menghargai diri sendiri akan lebih optimis, puas, dan menerima dengan lapang dada nasib individu dalam hidup. Harga diri dapat berdampak baik bagi individu dalam menilai keadaan diri sendiri, memilih keputusan, mengenali kelebihan diri sendiri, hingga meminimalisir adanya keinginan untuk menyalahkan diri sendiri. Aspek harga diri yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah aspek harga diri menurut Coopersmith (dalam Trisakti dan Astuti, 2014) yang meliputi *power* (kekuatan), *significant* (keberartian), *virtue* (kebajikan), *competence* (kompetensi).

Jumlah skor yang tinggi pada harga diri menunjukkan harga diri yang lebih tinggi pada individu. Demikian pula, skor harga diri yang rendah menunjukkan tingkat harga diri yang lebih rendah atau buruk.

### **C. Populasi, Sampel, dan Sampling**

#### **1. Populasi**

Populasi penelitian terdiri dari sejumlah individu yang menyetujui persyaratan untuk menjadi sampel yang representatif bagi temuan penelitian (Azwar, 2017). Siswa kelas 7 dan 8 di SMPN 2 Tegal untuk tahun ajaran 2022/23 akan menjadi populasi dari penelitian ini. Total populasi yang didapatkan adalah 416 peserta, dengan rincian sebagai berikut berdasarkan tipe kelas:

**Tabel 1. Rincian Data Jumlah Siswa Kelas 7 dan 8 Tahun Ajaran 2022/2023 di SMPN 2 Tegal**

<b>Data Kelas 7 dan 8 SMPN 2 Tegal Tahun Ajaran 2022/2023</b>			
<b>7</b>		<b>8</b>	
<b>Kelas</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Kelas</b>	<b>Jumlah</b>
<b>7A</b>	32	<b>8A</b>	32
<b>7B</b>	32	<b>8B</b>	32
<b>7C</b>	32	<b>8C</b>	32
<b>7D</b>	32	<b>8D</b>	32
<b>7E</b>	32	<b>8E</b>	32
<b>7F</b>	32	<b>8F</b>	32
<b>7G</b>	32		
<b>Jumlah</b>	224	<b>Jumlah</b>	192
<b>Total</b>		<b>416</b>	

## 2. Sampel

Sampel penelitian diambil dari seluruh populasi dan dianggap mewakili secara akurat karena memiliki karakteristik dan ciri-ciri yang sama (Azwar, 2017). Siswa kelas 7 dan 8 di SMPN 2 Tegal diambil menggunakan metode pengundian *cluster*, yaitu sampel penelitian dipilih dengan mengundi secara acak dari populasi penelitian (Setiawan, 2005). Pengundian *cluster* yang telah dilaksanakan mendapatkan hasil undian *cluster* 7 A-G sebagai sampel uji coba atau *tryout* penelitian dengan jumlah 224 siswa dan 8 A-F sebagai sampel penelitian dengan jumlah 192 siswa.

## 3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel adalah sejumlah prosedur yang digunakan dalam memilih partisipan untuk dianalisis lebih lanjut. Penelitian ini menggunakan teknik *Cluster Random Sampling*, yang dilakukan dengan memilih beberapa kelompok atau cluster dari populasi yang akan diteliti, kemudian dari setiap kelompok atau cluster tersebut diambil sampel secara acak. (Sugiyono, 2017). Partisipan penelitian yang diikutsertakan dalam penelitian ini ada siswa dan siswi yang saat ini berada di kelas 7 dan 8 serta

bersekolah di SMPN 2 Tegal.

#### D. Metode Pengumpulan Data

Arikunto (2011) memaparkan bahwa metode pengumpulan data merujuk pada cara yang diterapkan oleh peneliti untuk menghimpun data dan informasi yang relevan terkait dengan topik penelitian. Instrumen pengumpulan data penelitian membantu peneliti mengumpulkan informasi yang relevan. Tingkat kesepian, kelekatan orangtua dan anak, serta harga diri siswa SMPN 2 Tegal akan diukur menggunakan skala yang menjadi alat metodologis dalam penelitian ini.

#### 1. Skala Kesepian

Skala kesepian yang akan digunakan dalam penelitian ini diperoleh dari skala perilaku kesepian Rubinstein dkk (1979) yang diukur melalui empat aspek perilaku kesepian yaitu *desperation* (keputusasaan), *impatient boredom* (ketidaksabaran dan kebosanan), *self deprecation* (mengutuk diri), *depression* (depresi)

**Tabel 2. Blueprint Skala Kesepian**

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Desperation</i> (Keputusasaan)	1, 9, 17, 25, 33, 41, 49	5, 13, 21, 29, 37, 45	13
2	<i>Impatient Boredom</i> (Ketidaksabaran dan Kebosanan)	2, 10, 18, 26, 34, 42, 50	6, 14, 22, 30, 38, 46	13
3	<i>Self Deprecation</i> (Mengutuk Diri)	3, 11, 19, 27, 35, 43	7, 15, 23, 31, 39, 47	12
4	<i>Depression</i> (Depresi)	4, 12, 20, 28, 36, 44	8, 16, 24, 32, 40, 48	12
<b>TOTAL</b>		<b>26</b>	<b>24</b>	<b>50</b>

Skala perilaku kesepian didesain dengan skala Likert empat poin, yang mengartikan bahwa masing-masing dari empat pilihan memiliki bobot berdasarkan variasi aitem yang ada dalam skala tersebut yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Pilihannya berkisar dari "sangat sesuai" (SS), sesuai (S), "tidak sesuai" (TS), hingga "sangat tidak sesuai" (STS). Pernyataan aitem *favorable* bertujuan untuk mendukung aspek tertentu yang diungkapkan, sedangkan aitem *unfavorable* berfungsi untuk menyatakan hal sebaliknya. Penelitian ini

menggunakan penskalaan subjek. Senada dengan pernyataan yang disampaikan oleh Azwar (2012) yaitu dalam penskalaan subjek, metode penilaian mengacu pada subjek dengan menetapkan tingkatan tertentu pada suatu rentang penilaian berdasarkan instrumen yang digunakan. Skor total subjek pada skala kesepian mencerminkan seberapa tinggi atau rendahnya tingkat kesepian yang ditunjukkan oleh perilaku subjek. Semakin besar skor total subjek, maka semakin besar pula rasa kesepian subjek, begitu pula sebaliknya.

## 2. Skala Kelekatan Orangtua dan Anak

Skala kelekatan orangtua dan anak dari Erwin (Hermasanti, 2009) akan digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi tentang kelekatan orangtua dan anak. Skala ini mengukur tiga aspek dari kelekatan orangtua dan anak yaitu penerimaan anak terhadap figur lekat, kepekaan figur lekat, dan responsivitas anak dan orangtua terhadap satu sama lain.

**Tabel 3. Blueprint Skala Kelekatan Orangtua dan Anak**

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penerimaan Figur	1, 7, 13, 19, 25,	4, 10, 16, 22, 28,	17
	Lekat	31, 37, 43, 49	34, 40, 46	
2	Sensitivitas atau	2, 8, 14, 20, 26,	5, 11, 17, 23, 29,	17
	Kepekaan Figur Lekat	32, 38, 44, 50	35, 41, 47	
3	Responsivitas Kedua	3, 9, 15, 21, 27,	6, 12, 18, 24, 30,	16
	Belah Pihak	33, 39, 45	36, 42, 48	
<b>TOTAL</b>		<b>26</b>	<b>24</b>	<b>50</b>

Penerapan model skala Likert empat poin dalam skala kelekatan orangtua dan anak, memberikan subjek pilihan untuk menilai tingkat kelekatan subjek dengan setiap aitem dalam skala sebagai "sangat sesuai" (SS), "sesuai" (S), "tidak sesuai" (TS), atau "sangat tidak sesuai" (STS). Bobot tiap jawaban ditentukan berdasarkan variasi dari aitem-aitemnya, baik berupa pernyataan *favorable* maupun *unfavorable*. Subjek dengan kelekatan orangtua dan anak yang tinggi atau rendah diidentifikasi berdasarkan total pada skala kelekatan orangtua dan anak. Skor total yang lebih tinggi menunjukkan kelekatan anak dan orangtua yang lebih tinggi pula, sedangkan skor yang lebih rendah menunjukkan hal yang sebaliknya.

### 3. Skala Harga Diri

Data harga diri yang akan digunakan dalam penelitian ini diperoleh dari skala harga diri Coopersmith (dalam Trisakti dan Astuti, 2014) yang diukur melalui empat aspek harga diri yaitu *power* (kekuatan), *significant* (keberartian), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kompetensi)

**Tabel 4. Blueprint Skala Harga Diri**

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Power</i> (Kekuatan)	1, 9, 17, 25, 33, 41, 49	5, 13, 21, 29, 37, 45, 50	14
2	<i>Significant</i> (Keberartian)	2, 10, 18, 26, 34, 42	6, 14, 22, 30, 38, 46	12
3	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	3, 11, 19, 27, 35, 43	7, 15, 23, 31, 39, 47	12
4	<i>Competence</i> (Kompetensi)	4, 12, 20, 28, 36, 44	8, 16, 24, 32, 40, 48	12
<b>TOTAL</b>		<b>25</b>	<b>25</b>	<b>50</b>

Masing-masing dari empat kemungkinan jawaban dalam skala harga diri-sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS)-memiliki bobot yang berasal dari variasi aitem *favorable* dan *unfavorable* yang ada di dalam skala harga diri. Skor total subjek pada ukuran harga diri dapat memberi banyak informasi tentang tingkatan tinggi atau rendahnya harga diri yang subjek miliki. Senada dengan pernyataan tersebut, apabila subjek memiliki skor total yang tinggi, maka subjek juga memiliki harga diri yang tinggi, begitu pula sebaliknya.

#### E. Validitas, Uji Beda Daya Aitem, dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

##### 1. Validitas

Ukuran untuk mengidentifikasi sejauh mana data yang telah dikumpulkan oleh peneliti menggambarkan kejadian yang sesungguhnya atau akurat pada objek penelitian adalah pengertian validitas yang diuraikan oleh Sugiyono (2017). Suatu pengukuran memiliki validitas tinggi apabila data yang dihasilkan akurat dan mampu memberikan gambaran yang sesuai dengan tujuan pengukuran (Azwar, 2012).

Validitas isi, seperti yang akan diaplikasikan dalam penelitian ini, adalah validitas yang diestimasi dari pengujian terhadap kelayakan dan keterkaitan isi aitem-aitem yang menghasilkan rincian dari indikator karakter perilaku yang diukur melalui analisis oleh para ahli atau *expert judgement* yaitu dosen pembimbing dari peneliti. (Azwar, 2012).

## 2. Uji Beda Daya Aitem

Peneliti menggunakan uji daya beda aitem (Azwar, 2012) untuk menilai sejauh mana aitem dapat membedakan subjek yang menunjukkan karakter tertentu dengan subjek yang tidak menunjukkan karakter tertentu. Suatu karakter memiliki batasan dalam memilih aitem berdasarkan korelasi dari aitem total, yang berarti bahwa semua daya beda dengan koefisien korelasi setidaknya minimal 0,30 disebut sebagai memuaskan, dan jika  $r_{ix}$  atau  $r_i(x-i) \geq 0,30$  disebut berdaya beda rendah (Azwar, 2012).

## 3. Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Tingkat reliabilitas alat ukur mengindikasikan seberapa baik hasil pengukuran dapat dipertahankan dalam pengujian/di bawah pengawasan (Azwar, 2012). Penelitian yang memiliki data yang diperoleh secara konsisten dan menunjukkan hasil yang serupa dari subjek yang dari waktu-ke-waktu dianggap reliabel (Muanja dkk., 2013). Koefisien reliabilitas dapat berkisar antara 0,00 hingga 1,00, dengan nilai yang mendekati 1,00 mengindikasikan alat ukur yang lebih dapat dipercaya atau reliabel (Azwar, 2012).

Metode analisis reliabilitas *Alpha Cronbach* digunakan dalam penelitian ini dengan bantuan SPSS *for windows* versi 25.0. Variabel kelekatan orangtua dan anak, harga diri, serta kesepian dinilai dengan skala masing-masing variabel.

## F. Teknik Analisis

Sugiyono (2013) memberikan definisi tentang teknik analisis data sebagai langkah yang dilaksanakan setelah data peserta penelitian atau sumber lainnya yang berkaitan dengan penelitian telah dikumpulkan. Tahap ini melibatkan kegiatan-kegiatan seperti kategorisasi data, tabulasi data, penyajian variabel,

perhitungan jawaban atas pertanyaan penelitian, dan pengujian hipotesis (Sugiyono, 2013).

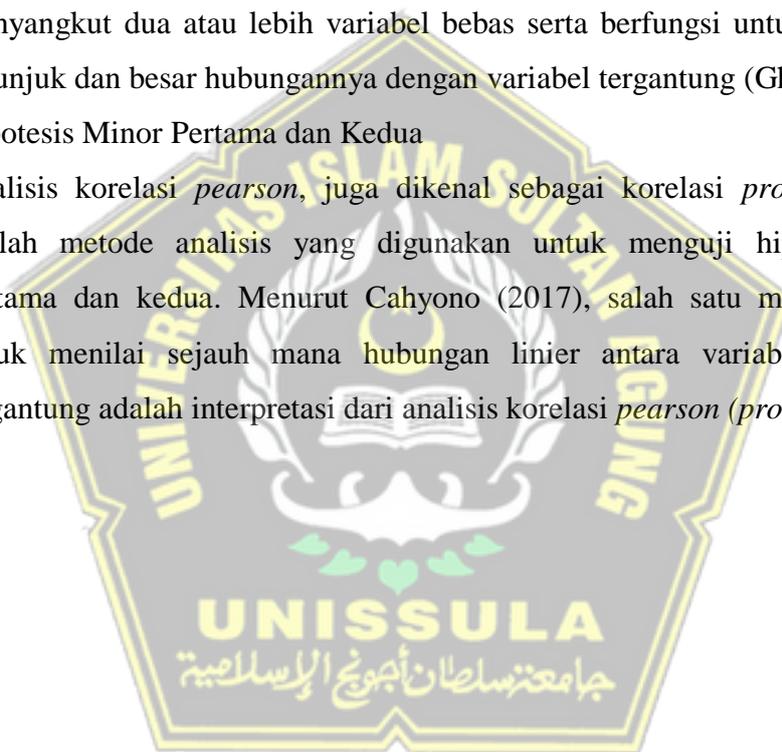
Prosedur analisis yang dilakukan dalam penelitian ini untuk memverifikasi hipotesis mayor dan minor adalah:

1. Hipotesis Mayor

Teknik analisis yang digunakan untuk meneliti hipotesis mayor adalah analisis regresi linear berganda (*multiple regression*). Analisis regresi linear berganda (*multiple regression*) diartikan sebagai sebuah metode analisis yang menyangkut dua atau lebih variabel bebas serta berfungsi untuk mengetahui petunjuk dan besar hubungannya dengan variabel tergantung (Ghozali, 2018).

2. Hipotesis Minor Pertama dan Kedua

Analisis korelasi *pearson*, juga dikenal sebagai korelasi *product moment*, adalah metode analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis minor pertama dan kedua. Menurut Cahyono (2017), salah satu metode statistik untuk menilai sejauh mana hubungan linier antara variabel bebas dan tergantung adalah interpretasi dari analisis korelasi *pearson* (*product moment*).



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Orientasi Kacah dan Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Orientasi Kacah Penelitian**

Sebelum memulai penelitian di lapangan, penting untuk terbiasa dengan lingkungan penelitian agar semua persiapan logistik telah diselesaikan dan penelitian dapat berjalan dengan efisien dan lancar. Ciri-ciri populasi yang menjadi fokus penelitian merupakan salah satu tahap awal yang penting untuk menentukan lokasi penelitian. Alamat lokasi penelitian ini adalah Jalan Menteri Supeno No.3, Kelurahan Kejambon, Kecamatan Tegal Timur, Kota Tegal, Jawa Tengah.

SMPN 2 Tegal memulai sejarahnya pada tanggal 1 Agustus 1958 yaitu ketika sekolah ini pertama kali didirikan. Sekolah menengah pertama yang berada di pusat kota ini, telah menjelma menjadi salah satu sekolah menengah pertama yang terkenal dan terfavorit di kota Tegal. SMPN 2 Tegal dilengkapi dengan perpustakaan, lapangan, 3 kantin, beberapa laboratorium, gazebo, musholla, hingga panggung seni. Selain itu, SMPN 2 Tegal juga memiliki 7 kelas dari A sampai dengan G untuk kelas 7, 6 kelas dari A sampai dengan F untuk kelas 8, dan 6 kelas dari A sampai dengan F untuk kelas 9.

Penelitian ini melibatkan dua tahap. Tahap pertama adalah survei pendahuluan yang bertujuan untuk mengevaluasi adanya permasalahan terkait kelekatan orangtua dan anak, harga diri, dan kesepian di SMPN 2 Tegal. Peneliti melakukan wawancara dengan sejumlah siswa kelas 7 dan 8 secara acak untuk memperoleh informasi yang mendalam mengenai topik yang sedang diteliti. Langkah selanjutnya melibatkan pengumpulan data tentang jumlah siswa di sekolah tersebut. Maksud dari langkah kedua ini adalah menetapkan jumlah populasi sampel penelitian yang cocok dengan karakteristik yang telah diidentifikasi.

Peneliti memilih SMPN 2 Tegal sebagai lokasi penelitian dengan mempertimbangkan faktor-faktor berikut:

- a. Penelitian tentang hubungan kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal belum pernah dilaksanakan di sekolah tersebut.
- b. Lokasi SMPN 2 Tegal mudah dijangkau dan dapat diakses oleh peneliti. Senada dengan pertimbangan tersebut, lokasi yang peneliti pilih memudahkan peneliti dalam mendapatkan proses perizinan, melaksanakan observasi, wawancara, dan pengumpulan data.
- c. Penelitian dalam SMPN 2 Tegal memenuhi semua standar yang telah ditetapkan terkait ukuran sampel dan demografi partisipan.

## 2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian membantu memastikan kelancaran penelitian dengan mengurangi sebanyak mungkin potensi kesalahan yang dapat terjadi. Ada beberapa langkah yang harus dilakukan untuk mempersiapkan penelitian:

### a. Persiapan Perizinan

Perizinan penelitian merupakan langkah yang diperlukan sebelum memulai penelitian. Langkah pertama yang dilakukan peneliti adalah meminta surat permohonan izin penelitian kepada Fakultas Psikologi Unissula, untuk diserahkan kepada kepala sekolah SMPN 2 Tegal sebagai surat permohonan izin penelitian dan permohonan akses data siswa SMPN 2 Tegal yang menjadi subjek dalam penelitian ini. Kemudian, setelah peneliti mendapat persetujuan dari Fakultas Psikologi Unissula (surat keterangan nomor 574/C.1/Psi-SA/VI/2023), peneliti menyerahkan surat tersebut kepada kepala sekolah SMPN 2 Tegal yaitu ibu Neni Legiyatmi, S.Pd, M.M. Ruang kepala sekolah menjadi tempat pertemuan antara peneliti dengan kepala sekolah.

### b. Penyusunan Alat Ukur

Peneliti menggunakan skala dengan beberapa indikator yang menginterpretasikan aspek dari variabel kelekatan orangtua dan anak, harga diri, dan kesepian untuk mengumpulkan data dari penelitian ini.

Dua jenis skala (skala *favorable* dan *unfavorable*) digunakan dalam penelitian ini. Total aitem dari skala *favorable* adalah 77 aitem, dengan

masing-masing memiliki empat kemungkinan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (4 poin), Sesuai (3 poin), Tidak Sesuai (2 poin), dan Sangat Tidak Sesuai (1 poin). Sementara itu, ada 73 aitem untuk total aitem skala *unfavorable* dengan masing-masing memiliki empat kemungkinan jawaban. Skala ini berjalan dari skor 1 hingga 4 dengan indikasi 1 (Sangat Sesuai), 2 (Sesuai), 3 (Tidak Sesuai) dan 4 (Sangat Tidak Sesuai). Penelitian ini menggunakan langkah-langkah berikut untuk pengumpulan data:

### 1) Skala Kesepian

Skala kesepian yang akan digunakan dalam penelitian ini disusun berdasarkan skala perilaku kesepian yang dikembangkan oleh Rubinstein dkk (1979). Skala tersebut mengukur lima aspek kesepian, yaitu *Desperation* (Keputusasaan), *Impatient Boredom* (Ketidaksabaran dan Kebosanan), *Self Deprecation* (Mengutuk Diri), *Depression* (Depresi). Berikut adalah rincian *blueprint* variabel skala kesepian sebagai:

**Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Kesepian**

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Desperation</i> (Keputusasaan)	1, 9, 17, 25, 33, 41, 49	5, 13, 21, 29, 37, 45	13
2	<i>Impatient Boredom</i> (Ketidaksabaran dan Kebosanan)	2, 10, 18, 26, 34, 42, 50	6, 14, 22, 30, 38, 46	13
3	<i>Self Deprecation</i> (Mengutuk Diri)	3, 11, 19, 27, 35, 43	7, 15, 23, 31, 39, 47	12
4	<i>Depression</i> (Depresi)	4, 12, 20, 28, 36, 44	8, 16, 24, 32, 40, 48	12
<b>TOTAL</b>		<b>26</b>	<b>24</b>	<b>50</b>

### 2) Skala Kelekatan Orangtua dan Anak

Data yang digunakan dalam penelitian ini akan dikumpulkan menggunakan skala yang berdasarkan aspek kelekatan orangtua dan anak oleh Erwin (Hermasanti, 2009). Skala ini mengukur tiga aspek kelekatan orangtua dan anak, yaitu penerimaan figur lekat, sensitivitas atau kepekaan figur lekat, dan responsivitas kedua belah

pihak. Berikut adalah rincian mengenai variabel kelekatan orangtua dan anak dalam skala kelekatan orangtua dan anak:

**Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Kelekatan Orangtua dan Anak**

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penerimaan Figur Lekat	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46	17
2	Sensitivitas atau Kepekaan Figur Lekat	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47	17
3	Responsivitas Kedua Belah Pihak	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48	16
<b>TOTAL</b>		<b>26</b>	<b>24</b>	<b>50</b>

### 3) Skala Harga Diri

Skala harga diri yang digunakan dalam penelitian ini didasarkan pada aspek harga diri yang dikembangkan oleh Coopersmith (dalam Trisakti dan Astuti, 2014). Skala tersebut mengukur empat aspek harga diri, yaitu *power* (kekuatan), *significant* (keberartian), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kompetensi). Berikut ini terdapat rincian mengenai variabel harga diri dalam skala harga diri:

**Tabel 7. Sebaran Aitem Harga Diri**

No	Aspek	Butir		JML
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Power</i> (Kekuatan)	1, 9, 17, 25, 33, 41, 49	5, 13, 21, 29, 37, 45, 50	14
2	<i>Significant</i> (Keberartian)	2, 10, 18, 26, 34, 42	6, 14, 22, 30, 38, 46	12
3	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	3, 11, 19, 27, 35, 43	7, 15, 23, 31, 39, 47	12
4	<i>Competence</i> (Kompetensi)	4, 12, 20, 28, 36, 44	8, 16, 24, 32, 40, 48	12
<b>TOTAL</b>		<b>25</b>	<b>25</b>	<b>50</b>

### c. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba atau *tryout* alat ukur dilakukan dengan tujuan untuk menguji reliabilitas skala dan daya beda aitem. Uji coba ini dilakukan melalui *google form* pada tanggal 14 Juni 2023. Subjek yang terlibat dalam uji coba ini adalah siswa kelas 7 A-G di SMPN 2 Tegal sebanyak 224 responden, yang dipilih melalui pengundian yang muncul pertama kali dari dua cluster. Berikut adalah rincian mengenai uji coba tersebut:

**Tabel 8. Data Siswa Kelas 7 SMPN 2 Tegal yang Menjadi Subjek Uji Coba**

Data Kelas 7 SMPN 2 Tegal Tahun Ajaran 2022/2023		
Kelas	Jumlah Keseluruhan	Jumlah yang Mengisi
7A	32	30
7B	32	25
7C	32	32
7D	32	31
7E	32	32
7F	32	31
7G	32	28
<b>Total</b>	<b>224</b>	<b>209</b>

Peneliti menggunakan *google form* untuk mendistribusikan skala penelitian kepada 209 siswa kelas 7 SMPN 2 Tegal sebagai uji coba. Kemudian, skala yang telah diisi secara lengkap dinilai sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan dan dianalisis menggunakan *software* SPSS versi 25.0.

### d. Uji Daya Beda dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Penelitian ini mengestimasi koefisien reliabilitas aitem dan melakukan uji daya beda aitem untuk melihat seberapa baik aitem tersebut dapat membedakan individu berdasarkan karakteristik yang diukur. Menurut Azwar (2012), jika koefisien korelasi aitem total ( $r_{ix}$ ) suatu aitem lebih dari 0,30 ( $r_{ix} \geq 0,30$ ), maka aitem tersebut memiliki daya beda aitem yang tinggi. Koefisien korelasi antara skor aitem dengan skor total kemudian dihitung dengan menggunakan metode *product moment*. SPSS

for Windows versi 25.0 juga digunakan dalam proses uji beda daya aitem ini. Daya beda aitem dan hasil uji reliabilitas setiap skala akan disajikan di bawah ini:

#### 1) Skala Kesepian

50 aitem diuji daya beda aitemnya, dan hasilnya menunjukkan bahwa 35 aitem memiliki daya beda aitem yang tinggi dan 15 aitem memiliki daya beda aitem yang rendah. Koefisien daya beda aitem yang tinggi berkisar antara 0,313 sampai dengan 0,648. Koefisien daya beda aitem yang rendah ditemukan antara -0,140 sampai dengan 0,295. *Alpha Cronbach* digunakan untuk mengukur estimasi reliabilitas skala kesepian dengan 35 aitem senilai 0,927, sehingga menjadikannya ukuran yang *reliable*. Di bawah ini adalah rincian dari aitem-aitem yang memiliki daya beda aitem tinggi dan rendah:

**Tabel 9. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Kesepian**

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Desperation</i> (Keputusasaan)	1, 9, 17, 25, 33, 41, 49	5, 13*, 21, 29, 37, 45*	13
2	<i>Impatient Boredom</i> (Ketidaksabaran dan Kebosanan)	2, 10, 18, 26, 34*, 42, 50	6, 14, 22, 30, 38, 46*	13
3	<i>Self Deprecation</i> (Mengutuk Diri)	3*, 11*, 19, 27, 35, 43	7*, 15*, 23*, 31, 39*, 47	12
4	<i>Depression</i> (Depresi)	4, 12*, 20, 28, 36, 44*	8, 16*, 24, 32*, 40*, 48	12
<b>TOTAL</b>		<b>26</b>	<b>24</b>	<b>50</b>

\*) Aitem dengan daya beda rendah

#### 2) Skala Kelekatan Orangtua dan Anak

Hasil dari uji daya beda aitem pada sampel 50 aitem menunjukkan bahwa 40 aitem memiliki daya beda aitem yang tinggi dan 10 aitem memiliki daya beda aitem yang rendah. Perbedaan koefisien daya beda aitem yang tinggi dapat ditemukan antara 0,331 hingga 0,641. Rentang untuk koefisien daya beda aitem yang rendah adalah dari 0,069 hingga 0,299. *Alpha Cronbach* digunakan untuk

mengukur estimasi reliabilitas skala kesepian dengan 40 aitem senilai 0.924, sehingga menjadikannya ukuran yang *reliable*. Dibawah ini adalah rincian dari aitem aitem yang memiliki daya beda aitem tinggi dan rendah:

**Tabel 10. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Kelekatan Orangtua Dan Anak**

No	Aspek	Butir		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Penerimaan Figur Lekat	1, 7*, 13*, 19, 25, 31, 37, 43, 49*	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40*, 46*	17
2	Sensitivitas atau Kepekaan Figur Lekat	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50	5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47	17
3	Responsivitas Kedua Belah Pihak	3, 9*, 15*, 21, 27*, 33, 39, 45	6, 12, 18*, 24, 30, 36, 42, 48*	16
<b>TOTAL</b>		<b>26</b>	<b>24</b>	<b>50</b>

\*) Aitem dengan daya beda rendah

### 3) Skala Harga Diri

Uji daya beda aitem menunjukkan bahwa dari 50 aitem, 43 aitem memiliki daya beda aitem yang tinggi, sedangkan hanya 7 aitem yang memiliki daya beda aitem yang rendah. Koefisien daya beda aitem yang tinggi berada pada kisaran 0,321 dan 0,586. Koefisien daya beda aitem yang rendah bervariasi antara 0,150 hingga 0,289. Peneliti menemukan bahwa skala harga diri *reliable* menggunakan *alpha cronbach* dengan estimasi reliabilitas skala kesepian senilai 0,925 dari 43 aitem. Dibawah ini adalah rincian daya beda aitem tinggi dan rendah:

**Tabel 11. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Harga Diri**

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Power</i> (Kekuatan)	1, 9, 17, 25, 33, 41*, 49	5, 13, 21, 29, 37*, 45, 50	14
2	<i>Significant</i> (Keberartian)	2, 10, 18, 26, 34, 42	6, 14, 22, 30, 38, 46	12
3	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	3, 11, 19, 27*, 35*, 43*	7, 15, 23, 31, 39, 47*	12
4	<i>Competence</i> (Kompetensi)	4, 12, 20, 28, 36, 44	8, 16*, 24, 32, 40, 48	12
<b>Total</b>		<b>25</b>	<b>25</b>	<b>50</b>

\*) Aitem dengan daya beda rendah

**e. Penomoran Ulang**

1) Skala Kesepian

Tahap selanjutnya yang dilaksanakan setelah uji daya beda aitem adalah menyusun ulang aitem dengan nomor baru mengikuti uji daya beda item. Penelitian ini akan mempertahankan aitem-aitem dengan daya beda tinggi dan menghapus aitem-aitem dengan daya beda rendah. Nomor skala kesepian yang diperbarui adalah sebagai berikut:

**Tabel 12. Sebaran Nomor Aitem Skala Kesepian**

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Desperation</i> (Keputusan)	1, 9(7), 17(10), 25(17), 33(24), 41(29), 49(34)	5(4), 21(14), 29(21), 37(27)	11
2	<i>Impatient</i> <i>Boredom</i> (Ketidaksabaran dan Kebosanan)	2, 10(8), 18(11), 26(18), 42(30), 50(35)	6(5), 14(9), 22(15), 30(22), 38(28)	11
3	<i>Self Deprecation</i> (Mengutuk Diri)	19(12), 27(19), 35(25), 43(31)	31(23), 47(32)	6
4	<i>Depression</i> (Depresi)	4(3), 20(13), 28(20), 36(26)	8(6), 24(16), 48(33)	7
<b>Total</b>		<b>21</b>	<b>14</b>	<b>35</b>

Keterangan: (...) nomer aitem baru atau nomer aitem pada skala penelitian

2) Skala Kelekatan Orangtua dan Anak

Penyusunan ulang butir soal dengan nomor yang baru mengikuti uji daya beda butir soal. Aitem dengan daya beda yang rendah akan dihapuskan dari penelitian ini, sedangkan item dengan daya beda yang tinggi akan dipertahankan. Sistem penilaian yang telah direvisi untuk skala kelekatan orangtua dan anak adalah sebagai berikut:

**Tabel 13. Sebaran Nomor Aitem Skala Kelekatan Orangtua dan Anak**

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penerimaan Figur Lekat	1, 19(14),	4, 10(8), 16(12),	12
		25(20), 31(25),	22(17), 28(22),	
		37(31), 43(36)	34(28)	
2.	Sensitivitas atau Kepekaan Figur Lekat	2, 8(7), 14(11),	5, 11(9), 17(13),	17
		20(15), 26(21),	23(18), 29(23),	
		32(26), 38(32),	35(29), 41(34),	
3.	Responsivitas Kedua Belah Pihak	44(37), 50(40)	47(39)	11
		3, 21(16),	6, 12(10),	
		33(27), 39(33),	24(19), 30(24),	
<b>Total</b>		<b>21</b>	<b>14</b>	<b>35</b>

Keterangan: (...) nomer aitem baru atau nomer aitem pada skala penelitian

### 3) Skala Harga Diri

Penyusunan ulang butir soal dengan nomor yang baru mengikuti uji daya beda butir soal. Aitem dengan daya beda yang rendah akan dihapuskan dari penelitian ini, sedangkan yang memiliki daya beda tinggi akan tetap dipertahankan. Skala harga diri yang telah direvisi disajikan di bawah ini:

**Tabel 14. Sebaran Nomor Aitem Skala Harga Diri**

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Power</i> (Kekuatan)	1, 9, 17(16), 25(24), 33(31), 49(42)	5, 13, 21(20), 29(27), 45(39), 50(43)	12
2.	<i>Significant</i> (Keberartian)	2, 10, 18(17), 26(25), 34(32), 42(37)	6, 14, 22(21), 30(28), 38(34), 46(40)	12
3.	<i>Virtue</i> (Kebajikan)	3, 11, 19(18)	7, 15, 23(22), 31(29), 39(35)	8
4.	<i>Competence</i> (Kompetensi)	4, 12, 20(19), 28(26), 36(33), 44(38)	8, 24(23), 32(30), 40(36), 48(41)	11
<b>Total</b>		<b>21</b>	<b>22</b>	<b>43</b>

Keterangan: (...) nomer aitem baru atau nomer aitem pada skala penelitian

### B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 20 Juni 2023 pada pukul 06.30 WIB dan dilakukan secara offline. Semua siswa yang menjadi subjek dikumpulkan di aula sekolah oleh Ibu Neni Legiyatmi, S.Pd, M.M, selaku Kepala Sekolah SMPN 2 Tegal sebelum melakukan penelitian. Penelitian dibagi menjadi 2 sesi yaitu sesi pertama untuk kelas 8A sampai dengan 8C, dan sesi kedua untuk kelas 8D sampai dengan 8F. Skala penelitian disebarakan melalui link *google form* yang dituliskan di sebuah kertas dan dikirimkan melalui grup *WhatsApp* kelas yang disampaikan kepada ketua kelas sehingga para siswa selaku subjek dapat mengisi kuesioner. Setelah mengisi kuesioner, para siswa yang telah mengisi akan diberikan minuman air putih gelas dari pihak sekolah.

Teknik *cluster random sampling* digunakan dalam penelitian ini untuk menentukan jumlah sampel. Penentuan jumlah sampel mengacu pada perhitungan proporsi sampel yang dikemukakan oleh Setiawan (2005). Metode yang diterapkan untuk memilih sampel dalam penelitian ini adalah pengundian dari *cluster* yang ada dalam populasi penelitian. Hasil pengundian pertama menunjukkan bahwa cluster kedua yang terpilih yaitu kelas 8A sampai dengan 8F

dengan jumlah 192 siswa, yang akan menjadi subjek penelitian. Sementara itu, pengundian kedua adalah cluster pertama yaitu 7A sampai dengan 7G dengan jumlah sebanyak 224 siswa, yang akan menjadi subjek untuk uji coba. Adapun rinciannya sebagai berikut:

**Tabel 15. Data Siswa Kelas 8 SMPN 2 Tegal yang Menjadi Subjek Penelitian**

Data Kelas 8 SMPN 2 Tegal Tahun Ajaran 2022/2023		
Kelas	Jumlah Keseluruhan	Jumlah yang Mengisi
8A	32	30
8B	32	26
8C	32	32
8D	32	24
8E	32	32
8F	32	29
<b>Total</b>	<b>192</b>	<b>173</b>

### C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

Pengujian asumsi dilakukan setelah mengumpulkan semua data penelitian. Uji normalitas, uji linearitas, dan uji multikolinearitas adalah tiga uji asumsi yang digunakan untuk menjamin bahwa data layak dan memenuhi syarat yang diperlukan. Selanjutnya, untuk memberikan gambaran tentang karakteristik kelompok subjek yang telah diukur, maka dilakukan uji hipotesis dan uji deskriptif.

#### 1. Statistik Deskriptif

Berikut adalah deskripsi subjek yang diperoleh peneliti berdasarkan hasil penelitian:

Jenis Data		Jumlah	Total
Jenis Kelamin	Laki-laki	79	173
	Perempuan	94	
Kelas	8A	33	173
	8B	31	
	8C	28	
	8D	20	
	8E	27	
	8F	34	

Usia	13 Tahun	22	173
	14 Tahun	134	
	15 Tahun	16	
	16 Tahun	1	
Kesepian	Laki-laki	42%	100%
	Perempuan	58%	
Kelekatan Orangtua dan Anak	Laki-laki	48%	100%
	Perempuan	52%	
Harga Diri	Laki-laki	47%	100%
	Perempuan	53%	

### A. Kesepian (Y)

#### 1. Laki-laki

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$113,75 < X$	Sangat Tinggi	0	0%
$96,25 < X \leq 113,75$	Tinggi	0	0%
$78,75 < X \leq 96,25$	Sedang	12	15,2%
$61,25 < X \leq 78,75$	Rendah	44	55,7%
$X \leq 61,25$	Sangat Rendah	23	29,1%
	<b>Total</b>	<b>79</b>	<b>100%</b>

#### 2. Perempuan

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$113,75 < X$	Sangat Tinggi	1	1,1%
$96,25 < X \leq 113,75$	Tinggi	9	9,6%
$78,75 < X \leq 96,25$	Sedang	28	29,8%
$61,25 < X \leq 78,75$	Rendah	42	44,7%
$X \leq 61,25$	Sangat Rendah	14	14,9%
	<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil deskripsi skor, didapatkan hasil berupa tingkat kesepian yang dimiliki oleh responden laki-laki berada di tingkat rendah (55,7%). Sedangkan, tingkat kesepian yang dimiliki oleh responden perempuan berada di tingkat rendah (44,7%).

### B. Kelekatan Orangtua dan Anak (X1)

#### 1. Laki-laki

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$130 < X$	Sangat Tinggi	36	45,6%
$110 < X \leq 130$	Tinggi	37	46,8%
$90 < X \leq 110$	Sedang	5	6,3%
$70 < X \leq 90$	Rendah	1	1,3%
$X \leq 70$	Sangat Rendah	0	0%
	<b>Total</b>	<b>79</b>	<b>100%</b>

## 2. Perempuan

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$130 < X$	Sangat Tinggi	25	26,6%
$110 < X \leq 130$	Tinggi	37	39,4%
$90 < X \leq 110$	Sedang	29	30,9%
$70 < X \leq 90$	Rendah	3	3,2%
$X \leq 70$	Sangat Rendah	0	0%
	<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil deskripsi skor, didapatkan hasil berupa tingkat kelekatan orangtua dan anak dimiliki oleh responden laki-laki berada di tingkat tinggi (46,8%). Sedangkan, tingkat kelekatan orangtua dan anak yang dimiliki oleh responden perempuan berada di tingkat tinggi (39,4%).

## C. Harga Diri (X1)

## 1. Laki-laki

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$139,75 < X$	Sangat Tinggi	16	20,3%
$118,25 < X \leq 139,75$	Tinggi	43	54,4%
$96,75 < X \leq 118,25$	Sedang	20	25,3%
$75,25 < X \leq 96,75$	Rendah	0	0%
$X \leq 75,25$	Sangat Rendah	0	0%
	<b>Total</b>	<b>79</b>	<b>100%</b>

## 2. Perempuan

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$139,75 < X$	Sangat Tinggi	10	10,6%
$118,25 < X \leq 139,75$	Tinggi	43	45,7%
$96,75 < X \leq 118,25$	Sedang	39	41,5%
$75,25 < X \leq 96,75$	Rendah	2	2,1%
$X \leq 75,25$	Sangat Rendah	0	0%
	<b>Total</b>	<b>94</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil deskripsi skor, didapatkan hasil berupa tingkat harga diri dimiliki oleh responden laki-laki berada di tingkat tinggi (54,4%). Sedangkan, tingkat harga diri yang dimiliki oleh responden perempuan berada di tingkat tinggi (45,7%).

## 2. Uji T Beda

### A. Kesepian

Variabel		N	Mean	Std.Dev	Sig	P	Kategori
Kesepian	Laki-laki	79	66,08	10,969	0,000	<0,05	Rendah
	Perempuan	94	76,78	14,952	0,000	<0,05	Rendah

Berdasarkan hasil uji t, didapatkan hasil skor mean yang dimiliki oleh responden laki-laki sebesar 66,08 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Sedangkan, skor mean yang dimiliki oleh responden perempuan sebesar 76,78 dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Di mana terdapat perbedaan yang signifikan antara kesepian pada responden laki-laki dengan perempuan, dan mayoritas responden perempuan memiliki skor mean kesepian yang lebih tinggi daripada responden laki-laki.

### B. Kelekatan Orangtua dan Anak

Variabel		N	Mean	Std.Dev	Sig	P	Kategori
Kelekatan Orangtua dan Anak	Laki-laki	79	128,72	15,310	0,000	>0,05	Tinggi
	Perempuan	94	118,67	17,777	0,000	>0,05	Tinggi

Berdasarkan hasil uji t, didapatkan hasil skor mean yang dimiliki oleh responden laki-laki sebesar 128,72 dengan signifikansi 0,000 ( $p > 0,05$ ). Sedangkan, skor mean yang dimiliki oleh responden perempuan sebesar 118,67 dengan signifikansi 0,000 ( $p > 0,05$ ). Di mana terdapat perbedaan yang signifikan antara kelekatan orangtua dan anak pada responden laki-laki dengan perempuan, dan mayoritas responden laki-laki memiliki skor mean kelekatan orang tua dan anak yang lebih tinggi daripada responden perempuan.

### C. Harga Diri

Variabel		N	Mean	Std.Dev	Sig	P	Kategori
Harga Diri	Laki-laki	79	128,42	16,329	0,000	>0,05	Tinggi
	Perempuan	94	121,44	14,190	0,000	>0,05	Tinggi

Berdasarkan hasil uji t, didapatkan hasil skor mean yang dimiliki oleh responden laki-laki sebesar 128,42 dengan signifikansi 0,000 ( $p > 0,05$ ). Sedangkan, skor mean yang dimiliki oleh responden perempuan

sebesar 121,44 dengan signifikansi 0,000 ( $p > 0,05$ ). Di mana terdapat perbedaan yang signifikan antara harga diri pada responden laki-laki dengan perempuan. dan mayoritas responden laki-laki memiliki skor mean harga diri yang lebih tinggi daripada responden perempuan.

### 3. Uji Asumsi

#### a. Uji Normalitas

Peneliti melakukan uji normalitas guna menentukan data yang dimiliki mengikuti distribusi normal atau tidak. Uji *One-Sample Kolmogorov Smirnov Z* digunakan untuk memastikan bahwa data penelitian ini terdistribusi secara normal. Jika nilai signifikansi dari uji ini lebih besar dari 0,05 atau 5%, maka data diasumsikan mengikuti distribusi normal. Temuan dari uji normalitas penelitian ini disajikan di bawah ini:

**Tabel 16. Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Mean	Standar deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
Kesepian	71,89	14,284	0,077	0,242	> 0,05	Normal
Kelekatan Orangtua dan Anak	123,26	17,389	0,043	0,896	> 0,05	Normal
Harga Diri	124,62	15,555	0,089	0,145	> 0,05	Normal

Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa variabel kesepian, kelekatan orangtua dan anak, serta harga diri terdistribusi secara normal.

#### b. Uji Linearitas

Tujuan dari uji linearitas adalah untuk menemukan informasi bahwa variabel bebas dan tergantung dalam sebuah penelitian berhubungan secara linear satu sama lain atau tidak. Metode  $F_{\text{linear}}$  dan SPSS 25.0 untuk Windows digunakan supaya data yang dikumpulkan dapat dianalisis dan hubungannya dapat diuji.

Hasil dari uji linearitas kelekatan orangtua dan anak serta kesepian ditemukan memiliki hubungan yang linear, dengan nilai  $F_{\text{linear}}$  sebesar 212,534 dan sig 0,000 ( $p < 0,01$ ). Temuan ini menunjukkan adanya hubungan antara kelekatan orangtua dan anak dengan kesepian yang

linear. Sementara itu, hasil uji linearitas dari harga diri dan kesepian menghasilkan nilai  $F_{\text{linear}}$  sebesar 165,388, dengan sig 0,000 ( $p < 0,01$ ). Temuan tersebut juga menunjukkan adanya hubungan yang linear antara harga diri dengan kesepian.

### c. Uji Multikolinearitas

Jika variabel-variabel bebas dalam sebuah model regresi terlihat memiliki hubungan linear satu sama lain, maka model tersebut akan dianggap sebagai multikolinear dan ditolak (Pramesti dkk., 2016). Nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) dan *tolerance* menunjukkan bahwa tidak ada masalah multikolinearitas dalam model regresi jika nilai VIF kurang dari 10 dan nilai *tolerance* lebih besar dari 0,1 (Pramesti dkk., 2016).

Uji multikolinearitas dalam penelitian ini menemukan nilai VIF = 1,988 < 10 dan nilai *tolerance* = 0,503 > 0,1 antara kedua variabel bebas. Senada dengan pernyataan tersebut, dapat disimpulkan bahwa variabel-variabel bebas dalam penelitian ini yaitu kelekatan orangtua dan anak serta harga diri pada model regresi tidak memiliki hubungan multikolinieritas.

## 4. Uji Hipotesis

### a. Hipotesis Mayor

Analisis regresi berganda dengan dua prediktor digunakan untuk uji hipotesis mayor. Tujuan dari uji hipotesis ini adalah untuk menganalisis hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian. Analisis menunjukkan taraf signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ),  $F_{\text{hitung}} = 126,949$ , dan  $R = 0,774$ . Senada dengan temuan tersebut, maka dapat menunjukkan bahwa ada hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian di SMPN 2 Tegal. Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa baik kelekatan orangtua dan anak maupun harga diri secara bersamaan mampu memengaruhi kesepian. Persamaan garis regresi dengan rumus  $Y = a_1X_1 + a_2X_2 + C$  disesuaikan dengan data dari penelitian menjadi  $Y = 161,529 - 0,384X_1 - 0,339X_2$ . Senada dengan perihal tersebut, persamaan garis menunjukkan bahwa rata-rata skor kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal berubah sebesar 0,384 setiap

kali terjadi satu perubahan pada variabel kelekatan orangtua dan anak, serta berubah sebesar 0,339 setiap kali terjadi satu perubahan pada variabel harga diri. Variabel kelekatan orangtua dan anak serta harga diri secara bersamaan memberikan kontribusi sebesar 59,9% terhadap kesepian, sementara 40,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti tingkat pendapatan, keterbatasan fungsional, keterlibatan sosial, dan kuantitas hubungan sosial. Hasil kontribusi ketiga variabel dapat dirincikan dari variabel kelekatan orangtua dan anak yang didapatkan hasil sumbangan efektif sebesar 34,07% serta pada variabel harga diri diperoleh sumbangan efektif sebesar 25,79%. Berdasarkan hasil tersebut, maka disimpulkan bahwa hipotesis mayor dapat diterima.

**b. Hipotesis Minor Pertama**

Korelasi *product moment* digunakan untuk menguji hipotesis minor pertama. Koefisien korelasi ( $r$ ) antara kesepian serta kelekatan orangtua dan anak ditemukan sebesar  $r_{x_1y} = -0,728$ , dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) dalam uji hipotesis hubungan antara kedua variabel tersebut. Temuan tersebut mendukung hipotesis minor pertama bahwa terdapat hubungan negatif antara kelekatan orangtua dan anak dengan kesepian, sehingga membuat hipotesis minor pertama diterima.

**a. Hipotesis Minor Kedua**

Korelasi *product moment* juga digunakan untuk menguji hipotesis minor kedua. Korelasi antara variabel kesepian dan harga diri diuji, dan hasilnya adalah  $r_{x_2y} = -0,699$ , dengan tingkat signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ). Temuan ini memberikan dukungan untuk hipotesis minor kedua, yang menunjukkan hubungan negatif antara harga diri dengan kesepian. Senada dengan pernyataan tersebut, maka hipotesis minor kedua diterima.

#### **D. Deskripsi Hasil Penelitian**

Deskripsi data penelitian memiliki manfaat dalam menggambarkan skor pengukuran terhadap subjek dan memberikan penjelasan mengenai keadaan subjek akan atribut yang sedang diteliti. Seluruh subjek penelitian ini

dikelompokkan berdasarkan kategori yang mengikuti distribusi normal. Proses deskripsi data tersebut melibatkan pengelompokan subjek ke dalam kelompok-kelompok yang bertingkat tergantung pada variabel yang sedang diteliti. Norma kategorisasi yang digunakan sebagai berikut:

**Tabel 17. Norma Kategorisasi Skor**

Rentang Skor		Kategorisasi
$\mu + 1.5 \sigma$	$< x$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.5 \sigma$	$< x \leq \mu + 1.5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma$	$< x \leq \mu + 0.5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.5 \sigma$	$< x \leq \mu - 0.5 \sigma$	Rendah
$x$	$\leq \mu - 1.5 \sigma$	Sangat Rendah

Keterangan:  $\mu$  = Mean hipotetik;  $\sigma$  = Standar deviasi hipotetik

### 1. Deskripsi Data Skor Kesepian

Skor pada skala kesepian yang terdiri dari 35 item dapat berkisar antara 1 hingga 4. Skor skala subjek bervariasi dari skor terendah 35 ( $35 \times 1$ ) serta skor tertinggi 140 ( $35 \times 4$ ), Rentang skor keseluruhan adalah 105 ( $140 - 35$ ), dan standar deviasi dihitung dengan membagi selisih antara skor maksimum dan skor minimum dengan 6 ( $(140 - 35) : 6$ ), menghasilkan nilai sebesar 17,5. Mean hipotetik adalah 87,5 ( $(140 + 35) : 2$ ).

Deskripsi skor menunjukkan bahwa skala kesepian dapat berkisar dari skor minimum empirik 40 hingga skor maksimum empirik 126, dengan mean empirik 83 dan standar deviasi empirik 14,3.

**Tabel 18. Deskripsi Skor Pada Skala Kesepian**

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	40	35
Skor Maksimum	126	140
Mean (M)	71,89	87,5
Standar Deviasi	14,3	17,5

Berdasarkan pada mean empirik yang terdapat dalam kotak norma kategorisasi distribusi kelompok subjek di atas, dapat diketahui bahwa rentang skor subjek ditempatkan dalam tingkat kategori rendah dengan skor sebesar 71,89. Peneliti menjelaskan data variabel kesepian secara keseluruhan dengan mengambil pedoman dari norma kategorisasi, yang memberikan gambaran sebagai berikut:

**Tabel 19. Norma Kategorisasi Skala Kesepian**

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$113,75 < X$	Sangat Tinggi	1	0,6%
$96,25 < X \leq 113,75$	Tinggi	9	5,2%
$78,75 < X \leq 96,25$	Sedang	86	49,7%
$61,25 < X \leq 78,75$	Rendah	40	23,1%
$X \leq 61,25$	Sangat Rendah	37	21,4%
<b>Total</b>		<b>173</b>	<b>100%</b>

Data pada tabel di atas menunjukkan bahwa ada 1 siswa dalam kategori sangat tinggi (0,6%), 9 siswa dalam kategori tinggi (5,2%), 86 siswa dalam kategori sedang (49,7%), 40 siswa dalam kategori rendah (23,1%), dan 37 siswa dalam kategori sangat rendah (21,4%). Sejalan dengan pernyataan tersebut, kesimpulan yang dapat ditarik adalah bahwa mayoritas siswa yang terlibat sebagai subjek penelitian nilai rata-rata skor kecenderungan kesepian yang masuk dalam kategori rendah. Pernyataan tersebut diuraikan dalam ilustrasi norma kesepian berikut ini:

**Gambar 1. Kategorisasi Kesepian**

## 2. Deskripsi Data Skor Kelekatan Orangtua dan Anak

Skala kelekatan orangtua dan anak terdiri dari 40 item, masing-masing dengan rentang skor antara 1 sampai dengan 4. Skor terendah yang diperoleh subjek adalah 40 ( $40 \times 1$ ) dan skor tertinggi yang diperoleh subjek adalah 160 ( $40 \times 4$ ), untuk rentang skor skala yang diperoleh 120 ( $160 - 40$ ), dengan nilai standar deviasi ( $160 - 40 : 6$ ) = 20 dan hasil *mean* hipotetik 100 ( $160 + 40 : 2$ ).

Skor terendah empirik sebesar 83, skor tertinggi empirik sebesar 160, skor *mean* empirik sebesar 121,5, dan nilai standar deviasi empirik sebesar

12,8 didapatkan untuk skor skala yang menggambarkan kelekatan orangtua dan anak.

**Tabel 20. Deskripsi Skor Pada Skala Kelekatan Orangtua dan Anak**

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	83	40
Skor Maksimum	160	160
Mean (M)	123,3	100
Standar Deviasi	17,4	20

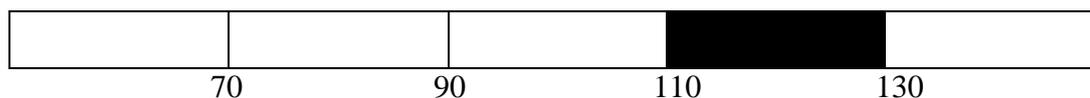
Kisaran skor subjek yang tinggi dengan nilai sekitar 123,3 , berdasarkan mean empirik yang disediakan dalam kotak norma kategorisasi distribusi kelompok subjek di atas. Berdasarkan norma yang telah ditetapkan, peneliti menyajikan penjelasan secara mendetail mengenai variabel kelekatan orangtua dan anak:

**Tabel 21. Norma Kategorisasi Skala Kelekatan Orangtua dan Anak**

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$130 < X$	Sangat Tinggi	61	35,3%
$110 < X \leq 130$	Tinggi	74	42,8%
$90 < X \leq 110$	Sedang	34	19,7%
$70 < X \leq 90$	Rendah	4	2,3%
$X \leq 70$	Sangat Rendah	0	0%
	<b>Total</b>	<b>173</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data yang disajikan pada tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa 61 siswa (35,3%) berada dalam kategori sangat tinggi untuk variabel kelekatan orangtua dan anak, sementara 4 siswa (2,3%) berada dalam kategori rendah, 74 siswa (42,8%) dalam kategori tinggi, 34 siswa (19,7%) dalam kategori sedang, dan tidak ada siswa yang termasuk ke dalam kategori sangat rendah. Berdasarkan pernyataan tersebut, mayoritas siswa dalam penelitian ini memiliki penilaian tinggi tentang kelekatan orangtua dan anak. Penggambaran standar tentang kelekatan orangtua dan anak terlihat seperti ini:

Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
---------------	--------	--------	--------	---------------



**Gambar 2. Kategorisasi Kelekatan Orangtua dan Anak**

### 3. Deskripsi Data Skor Harga Diri

Skala harga diri terdiri dari 43 aitem yang memberikan skor dalam kisaran 1 hingga 4. Subjek penelitian memiliki skor minimum sebesar 43 ( $43 \times 1$ ) dan skor maksimum sebesar 172 ( $43 \times 4$ ). Rentang skor keseluruhan adalah 129 ( $172 - 43$ ), dengan standar deviasi dihitung sebagai selisih antara skor maksimum dan skor minimum dibagi 6 ( $(172 - 43) : 6$ ), yang bernilai 21,5. *Mean* hipotetik adalah 107,5 ( $(172 + 43) : 2$ ).

Skor minimum dan maksimum empirik pada analisis skor skala harga diri masing-masing adalah 96 dan 170. Selain itu, *mean* empiriknya adalah 133 dengan nilai standar deviasi empirik sebesar 12,3.

**Tabel 22. Deskripsi Skor Pada Skala Harga Diri**

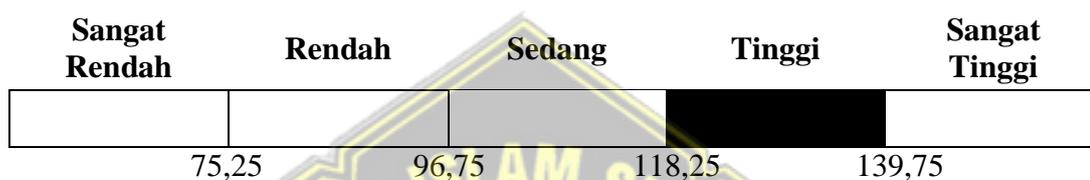
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	96	43
Skor Maksimum	170	172
Mean (M)	124,6	107,5
Standar Deviasi	15,5	21,5

Berlandaskan pada acuan *mean* empirik yang terdapat pada kotak norma kategorisasi distribusi kelompok subjek diatas, dapat diketahui rentang skor subjek berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 124,6. Maka dari itu, apabila melihat deskripsi data variabel harga diri secara keseluruhan yang mengacu pada norma kategorisasi, maka berikut ini adalah rincian penjelasannya:

**Tabel 23. Norma Kategorisasi Skala Harga Diri**

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$139,75 < X$	Sangat Tinggi	26	15%
$118,25 < X \leq 139,75$	Tinggi	86	49,7%
$96,75 < X \leq 118,25$	Sedang	59	34,1%
$75,25 < X \leq 96,75$	Rendah	2	1,2%
$X \leq 75,25$	Sangat Rendah	0	0%
	<b>Total</b>	<b>173</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data pada tabel di atas, dapat dikatakan bahwa 26 siswa (15%) memiliki harga diri yang sangat tinggi, 86 siswa (49,7%) memiliki harga diri yang tinggi, 59 siswa (34,1%) memiliki harga diri yang sedang, 2 siswa (1,2%) memiliki harga diri yang rendah, dan tidak ada satupun siswa yang memiliki harga diri sangat rendah. Sesuai dengan pernyataan tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa dalam penelitian ini memiliki nilai Tinggi pada ukuran harga diri. Perihal tersebut digambarkan dengan cara berikut dalam gambar norma harga diri:



**Gambar 3. Kategorisasi Harga Diri**

### E. Pembahasan

Tujuan dilaksanakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal. Uji hipotesis mayor (pertama) dilakukan dengan metode analisis regresi berganda. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan orangtua dan anak, harga diri, serta kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal. Koefisien regresi (R) sebesar 0,774 dengan  $F_{hitung}$  sebesar 126,949 dan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,01$ ), menegaskan bahwa ada hubungan antara kelekatan orangtua dan anak, harga diri, dengan kesepian pada siswa SMPN 2 Tegal. Berdasarkan temuan tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis mayor dapat diterima. Persamaan garis menunjukkan bahwa skor kesepian rata-rata siswa SMPN 2 Tegal berubah sebesar 0,384 ketika kelekatan orangtua dan anak mengalami satu perubahan, dan berubah sebesar 0,339 ketika harga diri mengalami satu perubahan. Variabel kelekatan orangtua dan anak maupun harga diri sekaligus memberikan kontribusi sebesar 59,9% terhadap kesepian, sementara 40,1% sisanya memiliki pengaruh dari faktor-faktor lain. Hasil kontribusi ketiga variabel dapat dirincikan dari variabel kelekatan

orangtua dan anak yang didapatkan hasil sumbangan efektif sebesar 34,07% serta pada variabel harga diri diperoleh sumbangan efektif sebesar 25,79%.

Hasil penelitian ini dapat mendukung temuan pada penelitian sebelumnya yang telah dilaksanakan oleh Dhal dkk (2007), bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan kesepian ( $r = -0,21$ ,  $p < 0,05$ ) serta adanya hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan orangtua dengan kesepian ( $r = -0,33$ ,  $p < 0,05$ ). Dhal dkk (2007) dalam penelitiannya mengatakan bahwa jika anak merasa memiliki keluarga yang hangat, mendukung, dan penuh penerimaan, maka anak tersebut cenderung memiliki tingkat kelekatan orangtua dan harga diri yang tinggi. Demikian pula, anak yang memiliki tingkat kelekatan orangtua dan harga diri rendah mengungkapkan perasaan kesepian karena merasa ditolak oleh orang-orang di sekitarnya yang terlihat sibuk dengan urusan pribadi dan terlihat menakutkan. Kemudian, hasil uji hipotesis yang diterima ini juga didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Izzah (2017) bahwa kelekatan yang dijalin secara baik dan aman antara orangtua dan anak dapat meningkatkan harga diri anak. Demikian pula, jika kelekatan antara orangtua dan anak terjalin cukup buruk dan anak cenderung memiliki harga diri rendah, hal tersebut dapat berhubungan dengan depresi, kesepian, hingga peningkatan minat pada penggunaan obat terlarang.

Hipotesis minor pertama yaitu ada hubungan negatif antara kelekatan orangtua dan anak dengan kesepian siswa pada siswa SMPN 2 Tegal. Uji korelasi *product moment* antara kelekatan orangtua dan anak dengan kesepian, menunjukkan hasil yang signifikan (skor  $r_{x1y} = -0,728$ , taraf signifikansi 0,000  $p < 0,01$ ). Berdasarkan dengan hasil tersebut, hipotesis minor pertama dapat diterima dikarenakan menunjukkan adanya hubungan negatif antara kelekatan orangtua dan anak dengan kesepian. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Putri dkk (2022) mendukung hipotesis minor pertama yang diterima, yang berfokus pada hubungan antara gaya kelekatan dan kesepian. Penelitian tersebut membuktikan bahwa gaya kelekatan terutama *anxious attachment*, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesepian. Temuan penelitian tersebut juga menyatakan bahwa gaya kelekatan memberikan kontribusi efektif sebesar 28,8%

terhadap kesepian. Temuan yang dilaksanakan oleh Atilgan Erozkhan (2011) juga mendukung hipotesis minor pertama ini karena mendeteksi adanya hubungan yang signifikan antara gaya kelekatan dan kesepian. Kesepian dalam penelitian tersebut ditemukan berkorelasi positif dengan gaya kelekatan yang cenderung menggambarkan dengan ketakutan, kesibukkan, pengabaian, dan juga berkorelasi negatif dengan gaya kelekatan yang aman.

Hipotesis minor kedua yaitu ada hubungan negatif antara harga diri dengan kesepian siswa pada siswa SMPN 2 Tegal. Uji korelasi *product moment* antara harga diri dengan kesepian, menunjukkan hasil yang signifikan (skor  $r_{xy} = -0,699$ , signifikansi  $0,000 < p < 0,01$ ). Senada dengan pernyataan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis minor kedua dapat diterima dikarenakan menunjukkan adanya hubungan negatif antara kesepian dengan harga diri. Hasil dari penelitian yang dilakukan ini memberikan dukungan yang lebih kuat terhadap penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh I. Rahma (2019). Temuan penelitian tersebut menunjukkan bahwa harga diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesepian pada remaja yang melakukan *self-harm*. Kontribusi efektif dari harga diri terhadap kesepian adalah sebesar 14,1%. Hasil dari penelitian tersebut mengartikan bahwa tingkat harga diri remaja dapat memengaruhi sejauh mana remaja merasa kesepian. Sementara itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Ginting (2019) juga memperkuat hasil uji hipotesis minor kedua ini. Penelitian tersebut menemukan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara harga diri dan kesepian. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka disimpulkan bahwa semakin tinggi harga diri individu, akan semakin rendah tingkat kesepiannya. Harga diri dalam penelitian tersebut memberikan sumbangan efektif sebesar 44,6% terhadap tingkat kesepian, menunjukkan pentingnya harga diri dalam memengaruhi tingkat kesepian pada individu.

Penelitian ini memiliki perolehan skor pada tiap variabel yaitu skor kesepian berada dalam kategori rendah, sementara skor kelekatan orangtua dan anak serta harga diri berada dalam kategori tinggi. Deskripsi skor skala kesepian mengindikasikan bahwa skor tersebut berada dalam kategori rendah, memberikan kesimpulan bahwa kesepian yang dialami oleh siswa SMPN 2 Tegal dapat

disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurang memiliki dukungan atau motivasi dari keluarga atau teman, ketidakpahaman mengenai minat/keinginan yang sesungguhnya sehingga mengakibatkan ketidakpuasan, merasakan adanya kehampaan dalam hidup dan ketidakmampuan dalam mengatasi masalah di lingkungan keluarga atau sekolah. Siswa yang merasa kesepian, besar kemungkinan untuk memunculkan dampak buruknya yang dapat berujung pada depresi atau perasaan kesedihan yang mendalam sehingga mampu memengaruhi prestasi akademik siswa.

Deskripsi skor skala kelekatan orangtua dan anak mengindikasikan bahwa skor tersebut menunjukkan tingkat kategori yang tinggi. Temuan tersebut mencerminkan bahwa siswa SMPN 2 Tegal memiliki kelekatan orangtua dan anak yang tinggi. Senada dengan pernyataan tersebut, kelekatan anak dan orangtua dapat disebabkan oleh beberapa faktor yang memengaruhi cara anak menafsirkan dan merasakan kelekatan dengan orangtua. Pertama, rasa cinta yang diberikan orangtua kepada anak maupun anak kepada orangtua, membuat dua pihak tersebut merasa diterima sepenuhnya, termasuk dengan masing-masing pihak mampu menerima segala kekurangan dan kelebihan satu sama lain. Adanya rasa penerimaan tersebut, membantu anak sebagai seorang siswa untuk menghargai hubungan yang terjalin dengan teman-temannya dan meningkatkan kepercayaan diri saat berkenalan dengan teman baru. Kedua, orangtua mampu merasa peka terhadap kebutuhan dan perasaan anak. Siswa SMP yang mengalami stress dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial di sekolah, sudah sewajarnya orangtua mampu memberikan dukungan dan bantuan sehingga anak merasa didengar dan mengurangi rasa stress yang dialaminya. Ketiga, anak dan orangtua mampu saling mendukung dan responsif dengan kebutuhan satu sama lain. Orangtua yang responsif terhadap kebutuhan siswa SMP dalam hal akademik, emosional, dan sosial, dapat membuat siswa merasa didukung dalam pilihan minat pendidikannya. Begitu pula dengan anak yang mampu menghormati memahami batasan dan privasi yang orangtua miliki, dapat membuat orangtua lebih percaya terhadap anak.

Deskripsi skor skala harga diri mengindikasikan bahwa skor tersebut menunjukkan tingkat kategori yang tinggi. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa harga diri yang dimiliki oleh siswa SMPN 2 Tegal dapat disebabkan oleh beberapa faktor-faktor. Pertama, kemampuan untuk mengatasi tantangan dan memiliki kendali atas hidupnya. Siswa yang merasa mampu mengambil inisiatif sendiri dan mengatasi hambatan dalam belajar, umumnya cenderung memiliki rasa percaya diri yang tinggi saat mengerjakan persoalan yang sulit dalam pelajaran. Kedua, merasa dihargai dan merasa memiliki kedudukan yang penting di hidup orang lain. Perasaan keberartian dalam diri siswa, dapat diwujudkan dengan membangun interaksi yang positif dengan teman, guru, dan keluarga. Ketiga, adanya rasa kejujuran, keadilan, tanggung jawab, dan empati. Siswa yang menjunjung tinggi nilai moral dan etika, umumnya akan cenderung merasa dihormati dan dibanggakan oleh orang-orang di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Keempat, munculnya rasa untuk berkompetensi secara sehat dalam bidang akademik, olahraga, seni, atau bidang yang diminati oleh siswa. Perihal tersebut, dapat memberikan rasa kepuasan dan kebanggaan pada diri siswa.

Berdasarkan analisis yang telah diuraikan sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian.

#### **F. Kelemahan**

Beberapa kelemahan yang ditemukan selama penelitian berlangsung, antara lain:

1. Kurangnya pengawasan dan waktu yang terbatas membuat peneliti sulit memastikan bahwa subjek menjawab pertanyaan secara mandiri atau justru mendapatkan bantuan dari subjek lain.
2. Penelitian dilaksanakan setelah ujian akhir semester siswa SMP, sehingga mengakibatkan adanya keterbatasan subjek dikarenakan ketidakhadiran beberapa siswa pada saat penyebaran skala. Selain itu, pada hari dilaksanakannya penelitian, beberapa siswa sedang mengikuti kegiatan *class meeting* dan ekstrakurikuler sehingga memengaruhi optimalitas pengisian

skala oleh subjek.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data dan hasil penelitian yang telah diperoleh dan diteliti, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis mayor dapat diterima, sebab hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara kelekatan orangtua dan anak serta harga diri dengan kesepian. Hipotesis minor pertama dan kedua juga terbukti diterima, sebab semakin rendah tingkat kelekatan orangtua dan anak maka akan semakin tinggi kesepian dan semakin rendah harga diri maka akan semakin tinggi kesepian. Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini bahwa terdapat korelasi antara kelekatan orangtua dan anak, harga diri, dengan kesepian, serta variabel-variabel tersebut saling memengaruhi satu sama lain.

#### **B. Saran**

Adapun saran yang telah didapatkan berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, antara lain:

##### 1. Saran bagi siswa

Siswa yang telah menjadi subjek penelitian ini diharapkan dapat menjaga kelekatan orangtua dan harga diri yang sudah tinggi serta rasa kesepian yang sudah rendah dengan mengikuti langkah-langkah seperti menjaga komunikasi yang baik dengan orangtua, meningkatkan rasa penerimaan diri, membangun jalinan pertemanan yang positif, mengembangkan strategi coping dalam pengelolaan stress dan rasa kesepian, dan mencari bantuan dan dukungan dari para ahli atau guru BK jika mengalami kesulitan emosional atau kesepian yang berkepanjangan.

## 2. Saran bagi peneliti

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan permasalahan kelekatan orangtua dan anak, harga diri, serta kesepian, disarankan untuk memperluas variabel yang diteliti dan melibatkan faktor-faktor lain yang relevan. Kemudian, perluasan lingkup penelitian juga diharapkan agar dapat mengungkapkan lebih banyak faktor detail serta membandingkan hasil yang menunjukkan variasi yang lebih luas terkait variabel yang sedang diteliti. Penelitian juga akan menjadi lebih komprehensif dan mendalam dalam memahami peran tiap variabel dalam konteks yang lebih luas.



### DAFTAR PUSTAKA

- Aditiono, W., Hartanto, D., Fauziah, M., & Kuswindarti, K. (2022). Perasaan Kesepian (Loneliness) Siswa SMP di Wilayah DIY dan Jawa Tengah pada Masa Pandemi Covid-19. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 7(3), 301–307. <https://doi.org/10.51169/ideguru.v7i3.411>
- Aisyah, F. R., & Anshari, D. (2022). Pengaruh usia, jenis kelamin, teman, dan orang tua terhadap kesepian pada remaja dan di Indonesia (analisis data GSHS tahun 2015). *Jurnal Medika Hutama*, 3(2), 2348–2355.
- Al-Yagon, M., Kopelman-Rubin, D., Klomek, A. B., & Mikulincer, M. (2016). Four-model approach to adolescent-parent attachment relationships and adolescents' loneliness, school belonging, and teacher appraisal. *Personal Relationship*, 23(1). <https://doi.org/10.11111>
- Ali, E., Letourneau, N., & Benzies, K. (2021). Parent-Child Attachment: A Principle-Based Concept Analysis. *SAGE Open Nursing*, 7.
- AM. (2022). *Wawancara Menyangkut Kelekatan Orangtua dan Anak, Harga Diri, serta Kesepian*.
- Arikunto, P. D. S. (2011). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*. Jakarta : Rineka Cipta 2011.
- Atilgan Erozkhan. (2011). The Attachment Styles Bases of Loneliness and Depression. *International Journal of Psychology and Counselling*, 3(9), 186–193. <https://doi.org/10.5897/ijpc11.032>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi (Edisi 2)*. Pustaka Pelajar.
- Brighi, A., Melotti, G., Genta, M. L., Ortega, R., Mora-merchán, J., Smith, P. K., & Thompson, F. (2012). Self-Esteem and Loneliness in Relation to Cyberbullying in Three European Countries. In Q. Li, D. Cross, & P. K. Smith (Eds.), *Cyberbullying in the Global Playground: Research from International Perspectives*. Blackwell Publishing Ltd.
- Cahyono, T. (2017). Statistik Uji Korelasi. In *Yayasan Sanitarian Banyumas* (Vol. 1).
- Chen, C., & Hu, L. (2022). Self-esteem mediated relations between loneliness and social anxiety in Chinese adolescents with left-behind experience. *Frontiers in Psychology*, 13(November), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1014794>
- Clarkei, A., Meredith, P. J., Meredith, P. J., & Rose, T. A. (2020). Exploring mentalization, trust, communication quality, and alienation in adolescents.

- PLoS ONE*, 15(6), 1–21. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0234662>
- Cosan, D. (2014). *An Evaluation of Loneliness*. May 2014, 103–110. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2014.05.13>
- Crain, W. (2007). *Teori Perkembangan : Konsep dan Aplikasi* (S. Z. Qudsy & Y. Santoso (eds.); Ed. 3). Pustaka Pelajar.
- DA. (2022). *Wawancara Menyangkut Kelekatan Orangtua dan Anak, Harga Diri, serta Kesepian*.
- De Jong Gierveld, J. (1998). A review of loneliness: Concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 8(1), 73–80.
- Dhal, A., Bhatia, S., Sharma, V., & Gupta, P. (2007). Adolescent self-esteem, attachment and loneliness. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 3(3), 61–63.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Dianti, P., & Diantina, F. P. (2020). Hubungan Parental attachment dengan Loneliness pada Gamers Usia Remaja di Kota Bandung. *Seminar Penelitian Sivitas Akademika UNISBA*, 387–391.
- Eccles, A. M., Qualter, P., Madsen, K. R., & Holstein, B. E. (2023). Loneliness and Scholastic Self-Beliefs among Adolescents: A Population-based Survey. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 67(1), 97–112. <https://doi.org/10.1080/00313831.2021.1983865>
- Erickson, E. (1950). *Childhood and Society*. W.W Norton & Co.
- Gagliardi, M. (2021). How Our Caregivers Shape Who We Are: The Seven Dimensions of Attachment at the Core of Personality. *Frontiers in Psychology*, 12(July), 1–22. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.657628>
- Galanaki, E. P. (2004). Solitude as a State of Positive Aloneness in Childhood and Adolescence Evangelia. *Loneliness in Life: Education, Business, and Society*, 168–190.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25 edisi ke-9*. Universitas Diponegoro.
- Ginting, R. R. B. (2019). *Hubungan Harga Diri Dengan Kesepian Narapidana Wanita Di Lembaga Pemasyarakatan Tanjung Gusta*. Universitas Medan Area.

- Govinda, P. S. A., & Rompis, M. S. (2023). *Sendiri dan Sepi: Apakah Kesendirian Selalu Menyebabkan Kesenian?* Pusat Inovasi Psikologi Universitas Padjajaran (PIP UNPAD).
- Hepper, E. G. (2016). Self-Esteem. *Encyclopedia of Mental Health: Second Edition, November*, 80–91. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-397045-9.00076-8>
- Hermasanti, W. K. (2009). *Hubungan Antara Pola Kelekatan Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Karanganyar*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Hidayati, D. S., & Muthia, E. N. (2015). Kesenian Dan Keinginan Melukai Diri Sendiri Remaja. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 185–198. <https://doi.org/10.15575/psy.v2i2.459>
- Hipson, W. E., Kiritchenko, S., Mohammad, S. M., & Coplan, R. J. (2021). Examining the language of solitude versus loneliness in tweets. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(5), 1596–1610. <https://doi.org/10.1177/0265407521998460>
- Holmes, J. (2014). *John Bowlby & Attachment Theory* (2nd ed.). Routledge.
- Hutten, E., Jongen, E. M. M., Hajema, K. J., Ruiter, R. A. C., Hamers, F., & Bos, A. E. R. (2022). Risk factors of loneliness across the life span. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(5), 1482–1507. <https://doi.org/10.1177/02654075211059193>
- Ishak, N. M., Yunus, M. M., & Iskandar, I. P. (2010). Trust, communication and healthy parental attachment among Malaysian academically talented college students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 9, 1529–1536. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.360>
- Izzah, I. (2017). Peranan Gaya Kelekatan Kepada Orangtua Dengan Harga Diri Pada Remaja. *Jurnal Sosiologi Reflektif*, 11(2), 125. <https://doi.org/10.14421/jsr.v11i2.1355>
- Jiang, L., Liao, M., & Ying, R. (2021). The Relationship between Loneliness, Self-Efficacy, and Satisfaction with Life in Left-Behind Middle School Students in China: Taking Binhai County of Jiangsu Province as an Example. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3737099>
- Ju Young, P., & Eun Young, P. (2019). The Rasch Analysis of Rosenberg Self-Esteem Scale in Individuals With Intellectual Disabilities. *Frontiers in Psychology*, 10(September), 1–10.
- Karababa, A. (2021). Understanding the association between parental attachment and loneliness among adolescents: The mediating role of self-esteem.

*Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01417-z>

Khalek, A. M. A. (2016). Introduction To The Psychology of Self Esteem. In Franklin Holloway (Ed.), *Self Esteem* (Chapter 1, Issue October 2016). Nova Science Publisher.

KR. (2022). *Wawancara Menyangkut Kelekatan Orangtua dan Anak, Harga Diri, dan Kesepian*.

Ladd, G. W., & Ettekal, I. (2013). Peer-related loneliness across early to late adolescence: Normative trends, intra-individual trajectories, and links with depressive symptoms. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1269–1282. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.05.004>

Larose, S., Guay, F., & Boivin, M. (2002). Attachment, social support, and loneliness in young adulthood: A test of two models. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(5), 684–693. <https://doi.org/10.1177/0146167202288012>

Leary, M. R. (1990). Responses to Social Exclusion : Social Anxiety, Jealousy, Loneliness, Depression and Low Self-Esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(2), 221–229. <https://doi.org/10.1093/oso/9780198867371.003.0007>

Lestari, J. (2020). *Hubungan Antara Kemampuan Berafiliasi Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Kost di Jakarta Timur*.

Levy, K. N., Ellison, W. D., Scott, L. N., & Bernecker, S. L. (2011). Attachment style. *Journal of Clinical Psychology*, 67(2), 193–203. <https://doi.org/10.1002/jclp.20756>

Løhre, A. (2012). The impact of loneliness on self-rated health symptoms among victimized school children. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 6, 1–7. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-6-20>

London, R., & Ingram, D. (2018). Social Isolation in Middle School. *The School Community Journal*, 28(1), 107–127.

Luhmann, M., & Hawkley, L. C. (2016). Age differences in loneliness from late adolescence to oldest old age. *Developmental Psychology*, 52(6), 943–959. <https://doi.org/10.1037/dev0000117>

Macià, D., Cattaneo, G., Solana, J., Tormos, J. M., Pascual-Leone, A., & Bartrés-Faz, D. (2021). Meaning in Life: A Major Predictive Factor for Loneliness Comparable to Health Status and Social Connectedness. *Frontiers in Psychology*, 12(February), 1–12.

Mann, M., Hosman, C. M. H., Schaalma, H. P., & De Vries, N. K. (2004). Self-

- esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Education Research*, 19(4), 357–372.
- Markus, H., & Wurf, E. (1987). The Dynamic Self-Concept: A Social Psychological Perspective. *Annual Review of Psychology*, 38, 299–337. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.38.020187.001503>
- Moksnes, U. K., Bjørnsen, H. N., Ringdal, R., Eilertsen, M.-E. B., & Espnes, G. A. (2022). Association between loneliness, self-esteem and outcome of life satisfaction in Norwegian adolescents aged 15–21. *Scandinavian Journal of Public Health*, 50(8), 1071–1220.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (2004). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Gadjah Mada University Press.
- Moretti, M. M., & Peled, M. (2004). Adolescent-parent attachment: Bonds that support healthy development. *Paediatric Child Health*, 551–555. <https://doi.org/10.1093/pch/9.8.551>
- Muanja, J. R. T., Setiawan, A., & Mahatma, T. (2013). Uji validitas dan uji reliabilitas menggunakan metode bootstrap pada data kuisisioner tipe yes/no questions. *Prosiding Seminar Nasional Sains Dan Pendidikan Sains VIII UKSW*, 1(2011), 452–458. <https://1.bp.blogspot.com/-CcBNP9Ys4q8/XI8SitPX-CI/AAAAAAAAAIE/b61XzISCLpUgEdrNfeodfsTTjWLRLLDSMQCLcBGAs/s1600/Screenshot%2B2019-03-18%2B10.06.54.png>
- Muarifah, A., Fauziah, M., & Saputra, W. N. E. (2020). Kontribusi Parent-Child Attachment terhadap Regulasi Emosi, Harga Diri, Konformitas dan Resiliensi Siswa. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 63–71. <https://doi.org/10.17977/um001v5i22020p063>
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The Development of Self Esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23, 381–387.
- Ozmen, F., Akuzum, C., Zincirli, M., & Selcuk, G. (2016). The Communication Barriers between Teachers and Parents in Primary Schools. *Eurasian Journal of Educational Research*, 16(66), 1–30. <https://doi.org/10.14689/ejer.2016.66.2>
- Papini, D. R., & Roggman, L. A. (1992). Adolescent perceived attachment to parents in relation to competence, depression, and anxiety: A longitudinal study. *The Journal of Early Adolescence*, 12(4), 420–440.
- Perdini, T. A., & Hutahaean, E. S. H. (2020). Youth Virtue Self-Esteem and Positive Presentation in Social Media Instagram. *Proceedings of the 2nd*

*Borobudur International Symposium on Humanities and Social Sciences*.  
<https://doi.org/10.4108/eai.18-11-2020.2311809>

- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). Loneliness. *Encyclopedia of Adolescence*, 2, 178–187.
- Permana, V. G., Mar, S., & Soetikno, N. (2021). *Loneliness of Z Generation Adolescents in the Covid-19 Pandemic : Descriptive Study*. 41(Ticmih), 159–163.
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. *Basic and Applied Social Psychology*, 23(4), 245–266.  
[https://doi.org/10.1207/S15324834BASP2304\\_2](https://doi.org/10.1207/S15324834BASP2304_2)
- Pramesti, D., Wijayanti, A., & Nurlaela, S. (2016). Pengaruh Rasio Likuiditas, Leverage, Aktitivitas dan Firm Size terhadap Profitabilitas Perusahaan Sub Sektor Otomotif dan Komponen di Bursa Efek Indonesia. *Jurnal Seminar Nasional IENACO*, 810–817.
- Putri, B. S., Riza, W. L., & Sadijah, N. A. (2022). Pengaruh Gaya Kelekatan (Attachment Style) Terhadap Kesepian (Loneliness) Pada Dewasa Muda Yang Tidak Memiliki Pasangan di Masa Pandemi COVID-19. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(2), 35–41.
- RA. (2022). *Wawancara Menyangkut Kelekatan Orangtua dan Anak, Harga Diri, serta Kesepian*.
- Rahma, I. (2019). Pengaruh Harga Diri dan Social Connectedness Terhadap Kesepian Pada Remaja yang Melakukan Self-Harm. *Universitas Negeri Jakarta*, 1–120.
- Rama, & Sarada, D. (2017). Role of self-esteem and self-efficacy on competence - A conceptual framework. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, 22(2), 33–39. <https://doi.org/10.9790/0837-2202053339>
- Ramsdal, G. H. (2008). Differential relations between two dimensions of self-esteem and the Big Five. *Scandinavian Journal of Psychology*, 49(4), 333–338.
- Rubinstein, C., Shaver, P., & Peplau, L. A. (1979). Loneliness: Human nature. *Human Nature*.
- Sages, R. A., & Grable, J. E. (2011). A Test of the Theory of Self-Esteem : A Consumer Behavior Perspective. *Semantic Scholar*.
- Sari, S. L., Devianti, R., & Safitri, N. (2018). Kelekatan Orangtua untuk Pembentukan Karakter Anak. *Educational Guidance and Counseling*

*Development Journal*, 1(1), 17–31.

- Setiawan, N. (2005). Diklat Metodologi Penelitian Sosial. *Inspektorat Jenderal Departemen Pendidikan Nasional*, 25–28.
- Soetjningsih, C. H. (2012). *Perkembangan anak sejak pembuahan sampai dengan kanak-kanak akhir* (1st ed.). Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Stein, J. Y., & Tuval-Mashiach, R. (2015). The Social Construction of Loneliness: An Integrative Conceptualization. *Journal of Constructivist Psychology*, 28(3), 210–227. <https://doi.org/10.1080/10720537.2014.911129>
- Stets, J. E., & Burke, P. J. (2014). Self-Esteem and Identities. *Sociological Perspectives*, 57(4), 409–433.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Trisakti, & Astuti, K. (2014). Hubungan Antara Harga Diri Dan Persepsi Pola Asuh Orang Tua Yang Authoritatif Dengan Sikap Remaja Terhadap Penyalahgunaan Narkoba. *Jurnal Ilmiah Guru Caraka Olah Pikir Edukatif*, 0(2), 26.
- Trombetta, T., Giordano, M., Santoniccolo, F., Vismara, L., Della Vedova, A. M., & Rollè, L. (2021). Pre-natal Attachment and Parent-To-Infant Attachment: A Systematic Review. *Frontiers in Psychology*, 12(March), 1–17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.620942>
- Tzouvara, V., Papadopoulos, C., & Randhawa, G. (2015). A narrative review of the theoretical foundations of loneliness. *British Journal of Community Nursing*, 20(7), 329–334.
- Van Tilburg, T. G. (2021). Social, Emotional, and Existential Loneliness: A Test of the Multidimensional Concept. *Gerontologist*, 61(7), E335–E344.
- Vignoli, E., & Mallet, P. (2004). Validation of a brief measure of adolescents' parent attachment based on Armsden and Greenberg's three-dimension model. *Revue Europeenne de Psychologie Appliquee*, 54(4), 251–260.
- Waters, E., & Cummings, E. M. (2000). A secure base from which to explore close relationships. *Child Development*, 71(1), 164–172. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00130>
- Wijayati, F., Nasir, T., Hadi, I., & Akhmad, A. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Harga Diri Rendah Pasien Gangguan Jiwa. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 12(2), 224–235.

- Wojciszke, B., & Struzynska-Kujalowicz, A. (2007). Power influences self-esteem. *Social Cognition*, 25(4), 472–494. <https://doi.org/10.1521/soco.2007.25.4.472>
- Xie, X., Chen, W., Zhu, X., & He, D. (2019). Parents' phubbing increases Adolescents' Mobile phone addiction: Roles of parent-child attachment, deviant peers, and gender. *Children and Youth Services Review*, 105(April), 104426.
- Yudiono, U., & Sulisty, S. (2020). Self-esteem: Faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 8(2), 99–105.

