

A case study of loneliness in adolescent girls before and after losing a father figure

Briliani Rahmatulloh¹, Syafa Nafisa¹, Zefanya Rossi Sagita¹,
Destria Ananda Graviella Diantari¹, *Yonathan Setyawan¹

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

*Corresponding author: yonathan.setyawan@ukwms.ac.id

Received 19 February 2025 Accepted 23 May 2025 Published 30 May 2025

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the description of loneliness in adolescent girls before and after losing a father figure. The subject in the study amounted to one person who was chosen based on the criteria, namely adolescent girls who lost a father figure due to death. This data collection technique used semi-structured interviews with an Inductive Thematic Analysis approach. The results concluded that the subject experienced loneliness because of the role of the father figure who was lost due to death. We could describe the level of loneliness of the subject based on aspects of loneliness according to Russel (1996) which had been judgment by experts. In the personality loneliness aspect, before losing the father the subject had experienced feelings of loneliness, and these feelings increased after the subject lost the father, then in the social desirability aspect owned by the subject was not fully fulfilled, the last in the depression aspect before losing the father but experienced a decline when he met a lover who matched the father figure he expected.

Keywords: father, loneliness, teenage girl

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran *loneliness* pada remaja perempuan sebelum dan setelah kehilangan figur ayah. Subjek dalam penelitian berjumlah satu orang yang dipilih berdasarkan kriteria yaitu remaja perempuan yang kehilangan figur ayah karena kematian. Teknik pengumpulan data ini menggunakan wawancara semi struktur dengan pendekatan *Inductive Thematic Analysis*. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa subjek mengalami *loneliness* karena adanya peran dari figur ayah yang hilang karena kematian. Kami dapat menggambarkan tingkat *loneliness* subjek tersebut didasarkan dari aspek *loneliness* menurut Russel (1996) yang sudah ditelaah oleh ahli. Pada aspek *personality loneliness*, sebelum kehilangan ayah subjek telah mengalami perasaan *loneliness*, dan perasaan tersebut mengalami peningkatan sesudah subjek kehilangan ayah, kemudian pada aspek *social desirability* yang dimiliki oleh subjek belum sepenuhnya terpenuhi, yang terakhir pada aspek *depression* sebelum kehilangan ayah namun mengalami sebuah penurunan ketika bertemu dengan sosok kekasih yang sesuai dengan figur ayah yang diharapkannya.

Kata kunci: ayah, *loneliness*, remaja perempuan

PENDAHULUAN

Fase remaja merupakan fase yang penuh dengan konflik. Masa remaja adalah fase kehidupan terpenting dalam siklus perkembangan setiap orang serta merupakan peralihan yang dapat diarahkan kepada masa dewasa yang sehat. Pada fase remaja awal perkembangan mental akan tumbuh dengan cepat disertai seiringnya perkembangan fisik, ketika anak mulai memasuki masa remaja orang di sekitarnya memiliki peran penting dalam mendukung dan mengarahkan perkembangan remaja dalam hal positif terutama peran keluarga (Mozes & Huwae, 2023).

Keluarga umumnya terdiri dari ayah, ibu, dan anak. Keluarga memiliki tanggung jawab dan kewajiban masing-masing untuk menciptakan keluarga yang bahagia. Dalam perkembangan anak, kehadiran ayah dan ibu sangat penting. Hal tersebut dikarenakan peran ayah dan ibu dalam keluarga menjadi salah satu faktor yang berpengaruh dalam perkembangan anak terutama pada fase remaja. Ayah yang berperan mencari nafkah dan memimpin keputusan dalam rumah ibu yang berperan mengurus segala hal di rumah dan mendidik anak-anaknya. Orang tua (ayah dan ibu) juga memiliki salah satu peran yang penting dalam perkembangan anak yaitu dengan memberikan pengasuhan yang baik dan perhatian yang cukup serta mengawasi segala perilaku anak selama masa perkembangannya terutama pada masa remaja. Akan tetapi tidak semua ayah dan ibu bisa menjalankan perannya sebagai orang tua yang baik atau belum sempat menjalankan perannya dengan baik, terutama peran menjadi seorang ayah. Ketidaklengkapan peran orang tua bisa menyebabkan ketidakseimbangan pada tumbuh kembang psikologis anak (Junaidin et al., 2023).

Tidak adanya peranan dari orang tua terutama peran penting dari ayah memiliki dampak pada tingkat rendahnya harga diri (*self-esteem*), emosi marah (*angry*), dan rasa malu (*shame*). Hal tersebut dapat terjadi karena anak tersebut tidaklah memiliki sebuah pengalaman kebersamaan dengan sang ayah berbeda dengan anak-anak lain yang mendapatkan pengalaman tersebut (Lerner & Lerner, 2013). Peranan ayah terhadap anak perempuan berpengaruh dalam perkembangan anak nantinya dan hal tersebut dapat terlihat ketika anak berinteraksi sosial dengan lawan jenis (Rachmanulia & Dewi, 2023). Perkembangan buruk pada anak yang terjadi karena tidak adanya peranan ayah dalam hidup anak nantinya akan memiliki pengaruh yang sangat besar pada masa remaja maupun masa dewasanya (Rachmanulia & Dewi, 2023). Peranan ayah yang mana dapat memberikan kenyamanan serta keamanan dari adanya segala bahaya yang mengancam baik secara fisik maupun secara psikologis pada anggota keluarga dan terutama pada anak. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Junaidin et al. (2023) menandakan bahwa perempuan pada fase dewasa awal yang tidak memiliki peranan dari ayah atau tengah mengalami isu *fatherless* nantinya memiliki kecenderungan kesulitan dalam membangun hubungan *interpersonal* positif dengan lawan jenisnya. Hal tersebut terjadi ketika sosok dari peranan ayah itu menghilang dapat menimbulkan rasa kecemasan pada anak perempuan untuk menjalankan sebuah pernikahan disebabkan adanya perasaan tidak dicintai oleh siapa pun dan adanya rasa takut menjalani kehidupan setelah pernikahan disebabkan kurangnya dukungan dari orang lain (Amanda, 2020). Khofifah Indar Parawansa, Menteri Sosial Indonesia, juga mengatakan bahwa pada tahun 2017 Indonesia menduduki peringkat ke-3 di dunia sebagai negara *fatherless* (Alfasma et al., 2022).

Ada dua penyebab peran seorang ayah menghilang, pertama karena seorang ayah yang melepas tanggung jawabnya, kemudian peran ayah yang tidak terpenuhi karena kematian. Menurut psikologi Islam, kematian adalah sebuah proses ketika *nafs* dan jiwa terpisah dari tubuh atau raga (Abidina & Mujahid, 2022). Anak yang mengalami kehilangan dapat mengganggu kejiwaan remaja yang mengakibatkan stres bahkan depresi, sehingga terdapat kendala ketika melakukan tugas perkembangan, terutama dalam perkembangan emosionalnya (Suzanna, 2018). Menurut Abidina dan Mujahid (2022), kehilangan orang tua akan memberi dampak negatif pada remaja apabila mereka tidak bisa mengendalikan emosinya, apalagi jika kehilangan karena kematian. Figur ayah merupakan sumber rasa aman, pelindung, dan fondasi dalam keluarga, membuat kepergiannya akan meninggalkan duka yang mendalam bagi seorang anak, terutama anak perempuan yang akan lebih emosional dalam menghadapi masalah. Salah satu dampak dari kehilangan figur ayah dalam masa remaja yaitu rasa kesepian yang akan dialami oleh anak perempuan.

Menurut Zhou et al. (2024), hubungan antara ketidakhadiran cinta ayah dan kesepian mengacu pada rasa isolasi subjektif individu yang dihasilkan dari kebutuhan hubungan interpersonal yang tidak terpenuhi, baik dalam hal kualitas atau kuantitas. Selain itu, dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Zhou et al. (2024), ditemukan bahwa remaja dengan ketidakhadiran cinta ayah memiliki tingkat kesepian yang lebih tinggi, dan bahwa ketidakhadiran cinta ayah memengaruhi tingkat kesepian melalui jalur mediasi rasa syukur individu, hubungan teman sebaya, dan rasa syukur terhadap hubungan teman sebaya. Kesulitan yang dihadapi sering kali akan menyebabkan perasaan kesepian dan emosi tidak menyenangkan lainnya, seperti rendahnya rasa percaya diri, yang membuat orang terus-menerus meremehkan kemampuan mereka sendiri. Keberlanjutan

kehidupan remaja dan pertumbuhan pribadi mereka akan semakin terhambat jika perasaan tidak menyenangkan ini dirasakan secara konsisten dan terus-menerus tanpa adanya resolusi (Kristanti & Astuti, 2024).

Keadaan tersebut sama dengan yang dialami subjek penelitian, di mana dia kehilangan ayahnya saat berusia 9 tahun yang saat itu subjek tengah menduduki bangku kelas 3 SD. Subjek berusia 15 tahun dan berjenis kelamin perempuan, yang saat ini menduduki bangku kelas IX SMP. Dari hasil wawancara pertama yang kami laksanakan pada tanggal 7 September 2024, subjek menerangkan bahwa ia sering merasa kesepian sejak ayahnya masih hidup. Sebenarnya secara kedekatan fisik subjek cukup dekat dengan ayahnya namun sangat jarang berkomunikasi, dan pernah mengalami kekerasan fisik yang dilakukan oleh ayahnya sehingga membuat subjek merasa kecewa dengan ayahnya.

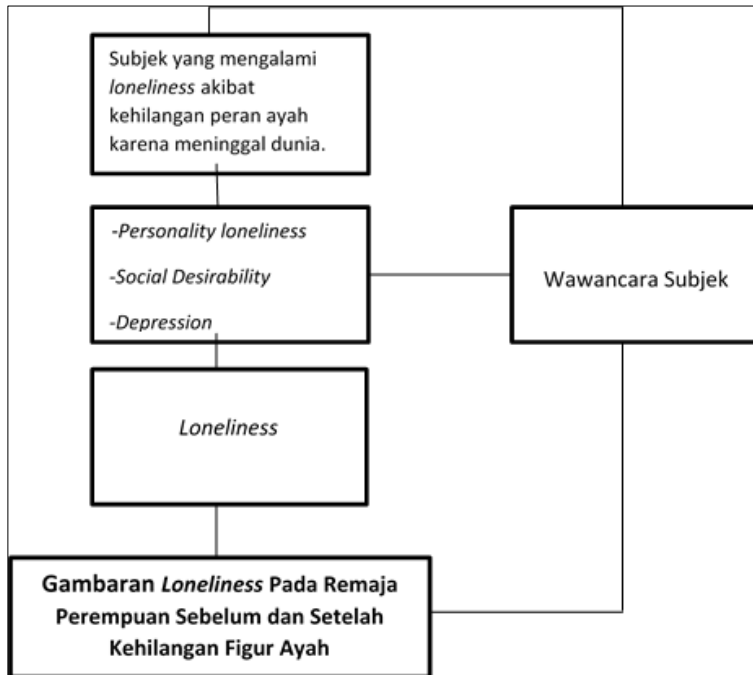
Kemudian setelah ayahnya meninggal, rasa kesepian itu semakin kerap terjadi dikarenakan selama ayahnya hidup subjek selalu ditemani oleh sang ayah. Ibunya sibuk bekerja dan mengurus kakak laki-lakinya yang mengalami keterbelakangan mental, sehingga membuat subjek merasa tidak diperhatikan dan kurang kasih sayang dari ibunya. Karena keadaan tersebut, pada akhirnya membuat subjek sering murung, merasa sendiri dan sulit untuk berinteraksi sosial dengan lingkungannya. Subjek juga menerangkan, saat ini ia juga sedang menjalin hubungan dengan seseorang yang memiliki umur yang cukup jauh darinya. Alasan subjek adalah ia mencari kenyamanan dan rasa kasih sayang yang tidak didapatkannya dari peran ayah melalui laki-laki yang berbeda umur tersebut, serta tidak merasa kesepian di lingkungan masyarakat. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, dapat diuraikan bahwa subjek mengalami *loneliness* atau sering disebut kesepian. Tujuan penelitian ini ingin mengungkap bagaimana dinamika kesepian yang dimiliki oleh subjek sebelum dan sesudah kehilangan figur ayah dikarenakan kematian yang didasarkan aspek *loneliness* yang dapat menjadi kebaruan dalam penelitian ini.

Halim dan Dariyo (2017) menyatakan bahwa *loneliness* atau rasa kesepian adalah perasaan gelisah psikologis yang dapat dirasakan oleh masing-masing individu. Perasaan ini dapat muncul dikarenakan individu merasa kekurangan dalam berhubungan sosial. *Loneliness* sendiri merupakan sebuah perasaan yang dirasakan oleh masing-masing individu secara sadar dan bisa masuk ke dalam salah satu bentuk emosi negatif yang cukup menyakitkan hal ini dikarenakan hubungan sosial yang dimiliki individu tersebut tidak sesuai dengan apa yang individu tersebut harapkan. Hawkley dan Cacioppo (2010) berpendapat bahwa *loneliness* ini nantinya akan memiliki dampak yang cukup serius terhadap kognitif, emosi, kesehatan fisik, serta perilaku yang bisa saja dialami oleh fase anak-anak, fase remaja, bahkan pada fase tahap dewasa awal. Penelitiannya dapat menguatkan pendapat terkait dampak yang terjadi dari *loneliness*, bahwasanya *loneliness* ini nantinya akan cukup mengganggu hubungan sosial serta perkembangan emosional pada fase remaja, yang mana apabila *loneliness* tidak dikelola dengan baik, hal tersebut tentunya akan cukup mengganggu kehidupan remaja dan tentunya menghambat fase remaja untuk dapat melakukan tugas perkembangannya pada proses pencarian jati diri pada remaja terutama pada remaja perempuan dengan baik dan benar. Dalam penelitiannya, Yurni (2015) juga menyatakan bahwa perasaan *loneliness* terjadi ketika individu mengalami penyempitan hubungan sosial dengan lingkungannya, atau kurangnya kepuasan terhadap keadaan individu saat ini yang tidak seperti harapannya.

Terdapat tiga aspek *loneliness* Russel (1996), yaitu *personality*, *social desirability*, dan *depression*. *Personality* merupakan *loneliness* yang merujuk pada sejumlah rupa sifat dari manusia dan suasana hati yang menetapkan aturan dan cara berpikir individu. *Social desirability*, menerangkan bahwa rasa sepi terjadi ketika kehidupan sosial yang dialami individu tidak sesuai dengan yang diharapkannya. Ketiga depresi, aspek ini menerangkan bahwa kesepian saling berkaitan dengan adanya patologi atau tekanan dalam diri individu. Hal tersebut ditandai dengan adanya sikap dan perasaan tidak berharga, kurang semangat, perubahan *mood*, kecemasan, dan ketakutan akan kegagalan yang berujung pada depresi (Abidah & Maryam, 2024).

Berdasarkan pembahasan dan alur penelitian (Gambar 1), maka kami tertarik untuk meneliti bagaimana gambaran *loneliness* remaja perempuan sebelum dan setelah kehilangan peran ayah.

Gambar 1. Alur Penelitian



METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat *loneliness* remaja perempuan sebelum dan sesudah kehilangan peran dan figur ayah. Penelitian kualitatif merupakan sebuah penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui gambaran fenomena yang dialami subjek dengan mendeskripsikan dari persepsi, motivasi, tindakan, secara holistik menggunakan kata-kata dan bahasa dalam konteks tertentu (Moleong, 2017). Studi kasus adalah penelitian yang menjelaskan secara menyeluruh mengenai aspek individu maupun kelompok, sehingga peneliti dapat mengetahui sebanyak mungkin data dari subjek (Ratnaningtyas et al., 2023).

Pemerolehan data yang digunakan dalam penelitian kualitatif ini yaitu pendekatan *thematic analysis*, merupakan sebuah pendekatan teori dalam penelitian kualitatif yang diturunkan secara induktif dari studi tentang fenomena yang akan dijelaskan. Selain itu, *thematic analysis* sendiri dibedakan menjadi dua yaitu, yaitu *inductive thematic analysis* dan *theory-led thematic analysis*. Untuk penelitian ini kami menggunakan *inductive thematic analysis*.

Subjek yang diambil dari penelitian ini berjumlah satu orang dengan kriteria remaja perempuan yang mengalami *loneliness* akibat kehilangan peran ayah dikarenakan meninggal dunia. Peneliti memilih subjek untuk mengetahui bagaimana gambaran dinamika *loneliness* yang dialami subjek sebelum ayah ayahnya meninggal dan setelah kehilangan peran ayah karena meninggal dunia.

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah observasi dan wawancara semi terstruktur dengan berpedoman pada tiga aspek *loneliness* menurut Russel (1996), yaitu (a) *personality*, merupakan *loneliness* yang merujuk pada sejumlah rupa sifat dari manusia dan suasana hati yang menetapkan aturan dan cara berpikir individu, (b) *social desirability*, menerangkan bahwa rasa sepi terjadi ketika kehidupan sosial yang dialami individu tidak sesuai dengan yang diharapkannya, dan (c) depresi, aspek yang menerangkan bahwa kesepian saling berkaitan dengan adanya patologi atau tekanan dalam diri individu. Hal tersebut ditandai dengan adanya sikap dan perasaan tidak berharga, kurang semangat, perubahan *mood*, kecemasan, dan ketakutan akan kegagalan yang berujung pada depresi. Adapun *guideline* wawancara yang sudah dilakukan *expert judgement* oleh tiga orang ahli di bidang metodologi penelitian kualitatif, kami sajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. *Guideline Wawancara*

Aspek	Pertanyaan
<i>Personality</i>	1. Menurut kamu apa definisi dari kepercayaan diri? 2. Bagaimana kepercayaan dirimu saat ini? 3. Dalam situasi apa saja kepercayaan dirimu itu berkurang? 4. Bagaimana perasaan kamu setelah bertemu dengan kekasih? 5. Berkurangkah rasa kesepianmu setelah bertemu kekasih? 6. Bagaimana respons kamu saat kekasihmu tidak menanggapi atau mengabari dalam 24 jam? 7. Setelah memiliki kekasih apa yang kamu lakukan ketika rasa kesepianmu tiba-tiba muncul?
<i>Social Desirability</i>	1. Bagaimana kehidupan sosial kamu saat ini? 2. Seperti apa kehidupan sosial yang kamu inginkan? 3. Bagaimana ekspektasi kamu terkait kehidupan sosialmu? Apakah sesuai dengan kehidupanmu saat ini? 4. Adakah perasaan tidak diterima dilingkungan sosial kamu? 5. Seberapa sering kamu merasa kesepian dan dalam situasi apa saja? 6. Apakah lingkungan baru (<i>relationship</i>; lingkungan rumah, sekolah, dan kekasih) mempengaruhi kehidupanmu saat ini? jika iya seperti apa?
<i>Depression</i>	1. Seberapa sering kamu merasa tidak dihargai? 2. Seberapa sering kamu bersedih? Apakah kesedihan itu datang secara tiba-tiba atau ada pemicunya? 3. Seberapa sering kamu merasa murung dan tidak bersemangat? Dan dalam situasi apa saja? 4. Ketika kamu mengalami suatu kegagalan, bagaimana perasaanmu dan seperti apa respons yang kamu tunjukkan? 5. Apakah kamu sering mengalami kecemasan atau ketakutan saat bertemu dengan orang baru? Jika iya hal apa yang kamu lakukan untuk mengatasi rasa cemas atau takut itu? 6. Setelah memiliki kekasih apa yang kamu lakukan jika kamu berada dalam mood yang tidak baik?

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, subjek yang digunakan adalah remaja perempuan yang berusia 15 tahun yang saat ini masih duduk di kelas IX SMP di Kota Madiun, sejak usia 9 tahun kehilangan ayah dikarenakan meninggal. Sejak kecil kehadiran ayah secara fisik ada namun peran secara psikologis belum dirasakan oleh subjek dikarenakan sejak kecil mengalami kekerasan fisik sehingga membuat subjek merasa kecewa yang menyebabkan subjek merasa kesepian hingga saat ini. Pengukuran kesepian pada masa bersama ayahnya dan sesudah kehilangan ayahnya akan memberikan gambaran bagaimana dinamika kesepian yang dialami oleh subjek.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan remaja perempuan yang mengalami *loneliness* karena kehilangan peran ayah karena kematian, kami dapat menggambarkan bagaimana perbedaan dinamika kesepian yang dialami oleh remaja tersebut sebelum dan setelah kehilangan peran ayah yang didasarkan dari aspek-aspek *loneliness* (1996), dan disajikan pada Tabel 2.

Dari penelitian ini dapat diketahui, bahwa berdasarkan aspek *loneliness*, dapat dikatakan bahwa subjek sebelum kehilangan figur ayah subjek mengalami kesepian di aspek *personality loneliness*, *social desirability*, dan *depression* dikarenakan sejak kecil ayah sebenarnya secara fisik hadir, namun kurang hadir secara peran dikarenakan ayah pernah melakukan kekerasan fisik pada subjek, sedangkan setelah kehilangan figur ayah subjek masih mengalami kesepian namun ada perbedaan di aspek *loneliness* yaitu subjek masih memiliki *loneliness* pada aspek *personality loneliness* yang mana ditunjukkan subjek cenderung lebih memilih diam dan menyendiri dalam menghadapi situasi apa pun, sedangkan untuk aspek *social desirability* dan *depression* subjek sudah tidak mengalaminya dikarenakan subjek sudah merasakan kehadiran kekasihnya yang

berusia 21 tahun di mana kekasihnya ini dianggap telah memenuhi ekspektasi figur ayah yang diharapkan oleh subjek.

Tabel 2. Dinamika Kesepian Subjek

Aspek	Sebelum Kehilangan Ayah	Setelah Kehilangan Ayah
<i>Personality Loneliness</i>	Merasa kesepian, karena jarang mengobrol dengan ayah karena ayah cenderung pendiam dan kurang memberi waktu mengobrol berdua.	Merasa kesepian, karena subjek cenderung lebih banyak diam entah dengan teman ataupun keluarga.
<i>Social Desirability</i>	Subjek lebih suka berdiam diri di kamar daripada keluar rumah.	Subjek mampu membuat hubungan baik dan dengan kekasih sesuai dengan keinginannya.
<i>Depression</i>	Sering merasa cemas ketika ayah marah, kemudian sejak kecil mendapat kekerasan dari keluarga entah dipukul atau lainnya.	Depresi yang dialami subjek mulai menurun bahkan tidak ada, karena kehadiran seseorang (kekasih) yang menurut subjek sama dengan figur ayah yang diinginkan.

Personality Loneliness

Melihat dari definisi aspek *personality loneliness*, memiliki arti sejumlah rupa sifat dari manusia dan suasana hati yang menetapkan aturan dan cara berpikir individu. Dapat dikatakan bahwa individu yang mengalami *personality loneliness* memiliki perasaan kehilangan secara personal, seperti kurangnya kepercayaan diri dari dalam diri individu. Berdasarkan hasil wawancara, dapat diketahui bahwa subjek memiliki aspek *personality loneliness* yang digambarkan dalam hasil wawancara sebagai berikut.

“yaa terkadang insecure atau gimana gitu kan suka insecure, hahaha macam-macam sih, biasanya mungkin pintar atau enggak cantik gitu”

Dapat dilihat dari hasil wawancara tersebut, salah satu dari *personality loneliness* yang dirasakan oleh subjek adalah sering merasa *insecure*. Subjek sering merasa rendah diri ketika dihadapkan dengan lingkungan sekitar. Karena subjek memiliki pemikiran negatif tentang dirinya sendiri. Hal tersebut terjadi karena subjek tidak percaya diri, seperti pada hasil wawancara berikut.

“yaaa.. lihat temen-temen kayak pintar-pinter mungkin, kayak bisa misal gurunya nanya gitu bisa menjawab. “kamu kalau ada usaha juga bisa loh” malu sih, lebih ke malu sihh”

Dari hasil wawancara dapat diketahui penyebab dari perasaan *insecure* subjek adalah teman-teman yang pintar dan menganggap dirinya tidak pintar karena malu untuk menjawab persoalan dari guru. Selain itu saat ini subjek memiliki kepercayaan diri yang menurun, hal tersebut didukung dengan hasil wawancara sebagai berikut.

“agak menurun, soalnya juga di kelasku kan circle circlean gitu, jadi ya agak enggak suka gitu, maksudnya tuh yang di dalam circle tuh misal ini nih anak nya yang pintar-pinter gitu diambilin sama mereka gitu, nanti kalau semisal kelompokan gitu nanti milihnya yang pintar, yang enggak terlalu pintar ditinggalin aja gitu”.

Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan subjek, dapat diketahui juga bahwa subjek memiliki perasaan *insecure*, dan hal tersebut sesuai dengan aspek *personality loneliness*. Bahwa, perasaan *insecure* dan menurunnya kepercayaan diri subjek merupakan perwujudan dari *loneliness* yang dialami subjek tersebut. Hal ini juga selaras dengan temuan Putri (2020) yang menyatakan bahwa ketika individu mempunyai rasa tidak aman (*insecure*), atau ia sering memiliki pemikiran negatif tentang dirinya sendiri dan selalu berpikir positif tentang orang lain, maka individu tersebut mungkin sangat *loneliness* atau kesepian. Hal tersebut karena mereka memiliki hubungan sosial yang kurang dengan lingkungan, sehingga tidak bisa mengimbangi rasa harga diri mereka.

Social Desirability

Selanjutnya adalah aspek *social desirability*, yang menerangkan bahwa rasa sepi terjadi ketika kehidupan sosial yang dialami individu tidak sesuai dengan yang diharapkannya. Teori *social*

desirability yang dikemukakan oleh Marlowe dan Crowne (Ciptadi & Umar, 2012), menyatakan bahwa *social desirability* merupakan bentuk motivasi di mana seseorang memiliki kebutuhan untuk mendapatkan penilaian positif dari orang lain atau memenuhi harapan sosial dengan menunjukkan perilaku yang dianggap sesuai atau dapat diterima dalam kultur sosial.

Individu yang mengalami *social desirability* cenderung sering melakukan berbagai usaha agar ekspektasi sosialnya terpenuhi. Selain itu, individu cenderung sering memilih untuk menghindari konflik. Dilihat dari hasil wawancara, subjek memiliki aspek *social desirability*.

“kalau SMP itu awal-awalnya circle circlean gitu sih, enggak suka (di kelas 1 SMP) kalau enggak di ajak omong ya diem, kalau emang ada yang butuh yaudah ayo aja”

Dilihat dari hasil wawancara tersebut subjek cenderung sering diajak daripada mengajak, dapat dikatakan bahwa *social desirability* yang dimiliki subjek belum terpenuhi, karena ekspektasi sosial yang dimiliki subjek sepenuhnya belum terpenuhi sehingga membuat subjek cenderung bertindak atau memunculkan sikap dengan caranya agar dapat diterima atau bahkan disukai oleh orang lain. Pada hasil wawancara lainnya aspek *social desirability* juga tampak.

“hmm selalu, ya mungkin kalau misal aku diajak main sama mereka terus kayak aku mau-mau aja, aku usahain gitu, yaa biar bisa diajak berteman”

Dilihat dari hasil wawancara tersebut, subjek selalu berusaha melakukan hal lebih agar subjek dapat diterima dengan baik dalam pertemanan. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa subjek ingin memiliki hubungan baik dengan teman agar tidak kesepian. Pada hasil wawancara berikutnya terlihat bahwa subjek memiliki sebuah keinginan untuk kehidupan impian subjek, terlihat pada hasil wawancara sebagai berikut.

“apa yaa, mungkin akunya sempurna, yang pintar, terus cantik, terus kek punya keluarga cemara, terus juga ekonomi bagus”

Subjek memiliki harapan akan kehidupannya yang mana apabila memang ada sebuah kehidupan kembali subjek berharap dia bisa hidup pada kehidupan yang sempurna tidak seperti kehidupannya saat ini. Subjek kerap kali mengalami sebuah kesepian yang disebabkan adanya kehidupan sosial yang dialaminya tidak sesuai dengan apa yang subjek inginkan. Selain itu, subjek juga merasa tidak diterima di lingkungan sosialnya, terutama ketika di rumah. Hal tersebut sesuai dengan hasil wawancara sebagai berikut:

“kalau dirumah tuh kadang suka, lebih suka diem di kamar gitu, ya kalau emang Mamah pengen dibantuin ya dibantuin, kalau enggak yaudah diem aja”

“Mungkin aku nggak bisa bantu Mama gitu, terus juga belum bisa banggain semua orang gitu, masih banyak salahnya”

Juga terlihat dari hasil wawancara tersebut penyebab dari rasa tidak diterima di lingkungan rumahnya adalah subjek merasa belum bisa memberikan sesuatu dan membanggakan sang mama. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ramdani et al. (2024), ditemukan bahwa dukungan positif dan pengakuan dari keluarga bisa mengurangi *loneliness* pada remaja perempuan dan bisa meningkatkan hubungan dengan lingkungan sosialnya, serta mampu membantu remaja perempuan merasa diterima dan didukung. Namun, pada kenyataannya subjek memiliki hubungan yang kurang dekat dengan sang mama, sehingga subjek merasa kurang mendapatkan dukungan dari keluarga dan timbul perasaan tidak diterima. Dalam wawancara lainnya menunjukkan bahwa subjek tidak memiliki lingkup pertemanan yang menetap dan pasti, dan sempit.

“yakan aku engga terlalu bisa dekat sama temen, soalnya kan temen juga udah punya temen dekat gitu, jadi aku yaa udah kalau emang enggak ditemenin ya udah gapapa (ada tiga teman, tapi tidak terlalu dekat)”

Pada hasil wawancara tersebut juga terlihat bahwa pada aspek *social desirability* yang dimiliki belum sepenuhnya terlaksana, sesuai dengan teori yang mana individu yang memiliki *social desirability loneliness* cenderung memiliki perasaan tidak terkoneksi dengan orang lain dan merasa bahwa mereka tidak memiliki adanya dukungan sosial seperti apa yang sudah diharapkannya dapat

menjadi salah satu penyebab stres meningkat serta juga dapat juga menjadi penyebab salah satu dari gejala depresi, dan juga menjadi salah satu faktor menurunnya kesejahteraan psikologis yang seharusnya dimiliki secara umumnya. Selain sering merasa tidak terkoneksi dengan lingkungan sosial dan tidak sesuainya lingkungan yang diinginkan, subjek juga tampak memiliki aspek *social desirability* yang lainnya, seperti merasa sepi di tempat yang ramai, hal tersebut dapat diketahui dari hasil wawancara dengan subjek sebagai berikut.

“Iya, sering. Mungkin kek gaada temen gitu kan mereka ada temen banyak terus aku ga terlalu punya temen banyak gitu mungkin aku sendirian gitu”

Dari hasil wawancara yang dilakukan dengan subjek, ia menerangkan bahwa ia selalu merasa kesepian walau di tempat yang ramai, seperti ketika ada acara sekolah ia merasa sendiri, hal tersebut karena subjek tidak memiliki banyak teman, sedangkan teman-teman lainnya mempunyai banyak teman yang bisa diajak bersenang-senang saat acara sekolah. Hal tersebut bisa terjadi karena subjek memiliki lingkup pertemanan yang sempit. Pernyataan tersebut juga didukung dengan teori yang dikemukakan oleh Papeau dan Perlman (Yurni, 2015), yang menyatakan bahwa individu yang memiliki lingkup sosial yang sempit atau tidak seperti yang diharapkannya, maka sangat rentan mengalami *loneliness*.

Secara keseluruhan, subjek juga menunjukkan perilaku yang selaras dengan aspek *social desirability*, yaitu berusaha memenuhi ekspektasi sosial agar diterima oleh lingkungannya. Ia cenderung pasif dalam interaksi sosial, lebih sering diajak daripada mengajak, dan berupaya keras menyesuaikan diri dengan harapan teman-temannya. Hal ini tampak dari usahanya untuk menjalin hubungan baik demi mengurangi rasa kesepian. Selain itu, keinginan subjek terhadap kehidupan ideal yang berbeda dari kenyataan mencerminkan ketidakpuasan terhadap kehidupan sosial dan lingkungan keluarga saat ini, yang juga relevan dengan aspek *social desirability* karena harapan tersebut menunjukkan upaya untuk mencapai penerimaan sosial dan kebahagiaan pribadi.

Depression

Aspek *depression*, yang mana aspek ini menerangkan bahwa kesepian saling berkaitan dengan adanya patologi atau tekanan dalam diri individu. Hal tersebut ditandai dengan adanya sikap dan perasaan tidak berharga, kurang semangat, perubahan *mood*, kecemasan, dan ketakutan akan kegagalan yang berujung pada depresi. Berdasarkan hasil wawancara dapat diketahui bahwa subjek memiliki aspek *depression* yang dapat digambarkan dalam hasil wawancara sebagai berikut.

“lebih yaa, kayak tadi sih, sama kayak suka main jari atau kayak gerak gitu”

Dapat dilihat dari hasil wawancara tersebut terlihat bahwa subjek sering kali melakukan pengalihan untuk mengalihkan rasa gelisah atau gugupnya dengan mungkin bermain jari, menggigit gigi, dan sering kali menggerakkan tubuh untuk mencari tempat yang menurutnya aman dan nyaman. Selain itu, subjek menerangkan ketika memiliki masalah ia cenderung memendam sendiri daripada mengungkapkan kepada sang mama. hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara berikut.

“kalau biasanya, kan suka nangis sendiri, nah itu Mamah tau aslinya, terus kayak Mamah tuh sering bilang kalau memang ada apa-apa cerita aja gitu”

Dapat dilihat dari hasil wawancara ada beberapa tanda-tanda dari aspek *depression* yang mulai terlihat pada subjek selain kecemasan yang terlihat, juga terlihat sebuah perubahan *mood* bisa dilihat dari subjek yang suka tiba-tiba menangis, namun juga dapat dikatakan munculnya sebuah kecemasan dan ketakutan akan kegagalan dilihat dari subjek yang lebih suka memendam masalah yang dimilikinya. Pada aspek *depression* lainnya terlihat pada beberapa hasil wawancara berikut.

“selalu, (yang dilakuin) kalau dulu sering nyakitin diri sendiri gitu, (lama waktu) dari Ayah enggak ada sampai kelas sembilan ini sih, yaa sebelum ketemu beliau (kekasih)”

Subjek memiliki kebiasaan untuk menyakiti diri sendiri untuk mendapatkan sebuah kepuasan atau sebagai salah satu bentuk pengalihan terhadap rasa sakit yang dialaminya. Hal tersebut

selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Istiana et al. (2023), yang menyatakan salah satu faktor yang memengaruhi individu melakukan *self-harm* atau tindakan menyakiti diri sendiri yaitu kurangnya perhatian dan kasih sayang dari orang tua dan mencapai kepuasan tersendiri. Tindakan melukai diri sendiri bisa dikatakan cara individu meluapkan emosi negatif yang sulit untuk diungkapkan, dan situasi yang mendukung tindakan tersebut di antaranya *loneliness*, perasaan yang tidak dianggap, dan mendapat perlakuan buruk dari lingkungan sosial. Pada salah satu hasil wawancara terlihat juga bahwa subjek memiliki traumatis tersendiri serta juga kerap kali mendapatkan kekerasan dari orang terdekat.

“enggak, soalnya dulu kecil suka ada yang nyiksa gitu, banyak yang nyiksa gitu (dalam artian) yaa mungkin, dulu emang dekat sama Ayah tapi Ayah kurangnya tuh kalau aku bikin salah ya misalnya Ayah tuh kalau enggak ditendang mungkin, kalau enggak gitu di, apaa ya (Ayah atau Ibu?) Ayah, Ibuk juga pernah, terus mungkin dipukul pakai sapu lidi mungkin (sama Ayah?) iyaa (kelas berapa) lupaa, (masih kecil ya) iyaa”

Dari hasil wawancara di atas terlihat bahwa subjek kerap kali mendapatkan kekerasan tanpa suatu kejelasan. Hal ini membuat subjek kerap merasa ketakutan untuk melakukan hal baru, adanya bayang-bayang buruk yang membuat dia sering mengalami kecemasan serta ketakutan, merupakan salah satu bentuk dari aspek *depression*. Hal ini sesuai dengan kajian teori menyatakan bahwasanya seseorang yang melakukan bunuh diri setidaknya harus memiliki tiga komponen, yaitu kemampuan untuk menyakiti diri sendiri (*self injury*), memiliki perasaan yang mana dirinya merasa menjadi sebuah beban bagi orang lain ataupun bagi lingkungan sekitar, dan adanya perasaan kesepian yang mana dapat terjadi pada individu yang memiliki pengalaman kurang mudah berbaaur serta tidak dapat terikat dengan sebuah nilai hubungan (Lasgaard et al., 2011).

Temuan Penelitian

Temuan baru dalam penelitian ini berfokus pada perubahan perilaku yang terjadi pada subjek setelah bertemu seseorang yang menurutnya menjadi figur ayah bagi subjek, yaitu sang kekasih. Perubahan yang paling tampak adalah hilangnya aspek *personality loneliness* dan *depression*. Serta pada aspek *social desirability* lebih condong pada hal positif, dari yang sebelumnya ke hal negatif. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil wawancara sebagai berikut.

“yaa mungkin, hidup aku kayak ada perubahan gitu sih yang awal mulanya kadang suka nyakitin diri sendiri kan sekarang udah enggak gitu, terus yang lonely sekarang udah enggak, mungkin gitu yaa mungkin, hidup aku kayak ada perubahan gitu sih yang awal mulanya kadang suka nyakitin diri sendiri kan sekarang udah enggak gitu, terus yang lonely sekarang udah enggak, mungkin gitu”

Dari hasil tersebut dapat diketahui terdapat perubahan perilaku subjek karena adanya dukungan yang diberikan kekasih, sehingga subjek yang dulu mengalami *loneliness* sekarang tidak lagi merasa kesepian. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian Hanan et al. (2024) yang mengatakan bahwa dukungan sosial adalah salah satu bentuk pengorganisasian sosial yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola stres baik secara mental maupun materi. Selain itu, dukungan sosial juga bertujuan untuk memberikan perhatian, cinta, hiburan, pengakuan, dan kepercayaan dari orang lain atau kelompok, seperti pasangan, teman, sahabat dekat, staf medis, atau komunitas lainnya, kepada orang-orang yang membutuhkan dukungan. Selain itu menurut Reber dan Reber (Hanan et al., 2024), dukungan sosial adalah segala bentuk bantuan dari individu atau kelompok untuk membantu seseorang menghadapi kehidupan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa untuk menghadapi masalah yang mungkin muncul dalam hidup mereka, seseorang membutuhkan dukungan sosial (Hanan et al., 2024).

“hmm mungkin yang tak lihat yang lebih banyak waktu sama aku, terus juga ngasih perhatian lebih ke aku, mungkin ngasih perhatian lebih atau waktu lebih gitu..jadi aku kayak lebih ngerasa udah nggak lonely”

Dapat dilihat dari wawancara dengan subjek di atas, perhatian dan waktu lebih yang diberikan oleh sang kekasih dapat membuat perasaan *loneliness* yang dialami oleh subjek lama kelamaan

mulai menghilang. Sesuai temuan oleh Andromeda dan Kristanti (2017), bahwa dukungan sosial merupakan pandangan individu tentang ketersediaan orang di lingkungan sekitar atau orang terdekat yang mampu memberikan cinta, rasa kasih sayang, bantuan, perhatian penuh, serta memberikan penghargaan dalam bentuk emosional dan perilaku. Sehingga individu tersebut merasa dan memiliki rasa nyaman dan aman secara fisik maupun psikis.

Berkurangnya beberapa aspek terutama pada aspek *depression* terjadi setelah subjek bertemu dengan orang yang memiliki kesamaan akan figur ayah yang sangat diharapkannya, pada aspek *depression* sangat amat cukup terlihat bahwa subjek memiliki peningkatan akan rasa dihargai, yang awalnya kurang bersemangat sekarang memiliki peningkatan semangat, perubahan *mood* yang sudah memiliki durasi perubahan yang lebih pendek, rasa kecemasan serta rasa ketakutan cenderung lebih mengalami pengurangan durasi, rasa cemas dan takut di masa sekarang cenderung lebih ke memikirkan masa depan.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa bagaimana perbedaan *loneliness* yang dialami oleh subjek sebelum dan sesudah kehilangan figur ayah yang di dasarkan dari aspek *loneliness*. Sebelum kehilangan figur ayah subjek mengalami *loneliness* yang dapat dilihat dari ketiga aspek yaitu *personality loneliness*, *social desirability*, dan *depression* yang memberikan dampak pada subjek memiliki perasaan *insecure*, penurunan kepercayaan diri, dan memiliki persepsi negatif pada diri sendiri, sedangkan setelah kehilangan figur ayah, subjek mengalami *loneliness* hanya pada aspek *personality loneliness* di mana subjek masih merasa kesepian, namun pada aspek *social desirability* dan *depression* subjek sudah mengalami penurunan dikarenakan ada sosok kekasih yang dianggap mampu memberikan figur ayah yang diharapkan selama ini.

Dari penelitian ini, terdapat temuan menarik yang membedakan *loneliness* sebelum dan sesudah kehilangan figur ayah, yaitu subjek menemukan pasangan yang dianggap mampu memberikan figur ayah selama ini. Hal ini dapat diartikan bahwa dukungan sosial dirasa mampu mengatasi perasaan *loneliness* termasuk pasangan, meskipun perlu diperhatikan dampak ketergantungan pada pasangan yang perlu diteliti lebih lanjut oleh peneliti selanjutnya.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa kehilangan figur ayah tidak hanya memengaruhi aspek psikologis subjek, tetapi juga memperlihatkan peran penting hubungan *interpersonal* dalam mengurangi dampak *loneliness* dan depresi.

Kontribusi Penulis: BR berkontribusi dalam *conceptualization*, *methodology*, dan *writing - original draft*. SN berkontribusi dalam *data curation*, *investigation (collecting data resources)*, dan *project administration*. ZRS berkontribusi dalam *data curation* dan *investigation (collecting data resources)*. DAGD berkontribusi dalam *data curation* dan *investigation (collecting data resources)*. YS berkontribusi dalam *data curation*, *investigation (collecting data resources)*, *supervision*, *validation*, dan *writing - review and editing*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidah, I. M., & Maryam, E. W. (2024). Intensitas penggunaan media sosial, loneliness, dan insecure pada remaja. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(1), 193–210. <https://doi.org/10.35891/jip.v11i1.4911>
- Abidina, A., & Mujahid, D. R. (2022). Regulasi emosi remaja putri yang kehilangan ayah karena kematian. *Acta Psychologia*, 4(1), 38–47. <https://doi.org/10.21831/ap.v4i1.46515>
- Alfasma, W., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2022). Loneliness dan perilaku agresi pada remaja fatherless. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 40–50. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/sukma/article/view/6948>
- Amanda, A. R. (2020). Hubungan berpikir positif dengan kecemasan dalam menghadapi pernikahan pada wanita dewasa awal yang melajang [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif

- Kasim Riau]. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Repository. <https://repository.uin-suska.ac.id/30124/>
- Andromeda, N., & Kristanti, E. P. (2017). Hubungan antara loneliness dan perceived social support dan intensitas penggunaan social media pada mahasiswa. *Psikovidya*, 21(2), 1–15.
- Ciptadi, B., & Umar, J. (2012). Metode alternatif untuk mendeteksi bias respons social desirability pada item-item tes kepribadian. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 1(1), 1–20. <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/jp3i/article/view/10683>
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2017). Hubungan psychological well-being dengan loneliness pada mahasiswa yang merantau. *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 170–181. <https://doi.org/10.24854/jps.v4i2.344>
- Hanan, A. F., Kusmawati, A., Putri, T. E., & Oktaviani, T. (2024). Pentingnya dukungan sosial terhadap perilaku self-harm pada remaja yang merasa kesepian. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 3(1), 211–218. <https://doi.org/10.55606/concept.v3i1.998>
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Istiana, D., Safitri, R. P., Pratiwi, E. A., & Oksafitri, A. (2023). Hubungan loneliness dengan perilaku self-harm pada remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dharmas Indonesia*, 3(2), 57–62. <https://doi.org/10.56667/jikdi.v3i2.1213>
- Junaidin, J., Mustafa, K., Hartono, R., & Khoirunnisa, S. (2023). Kecemasan terhadap pernikahan pada perempuan dewasa awal yang mengalami fatherless. *Journal on Education*, 5(4), 16649–16658. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2839>
- Kristanti, E. E., & Astuti, V. W. (2024). Gambaran tingkat loneliness pada remaja di Panti Asuhan Kasih Karunia. *Indonesian Health Literacy Journal*, 1(3), 101–105. <https://doi.org/10.70574/08jsya77>
- Lasgaard, M., Goossens, L., & Elklit, A. (2011). Loneliness, depressive symptomatology, and suicide ideation in adolescence: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 39(1), 137–150. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9442-x>
- Lerner, R. M., & Lerner, J. V. (2013). *The positive development of youth: Comprehensive findings from the 4-h study of positive youth development*. Tufts University. <https://openpublishing.psu.edu/4-H/content/positive-development-youth-comprehensive-findings-4-h-study-positive-youth-development>
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (Edisi Revisi). PT. Remaja Rosdakarya.
- Mozes, M., & Huwae, A. (2023). Kesepian dan kesejahteraan psikologis pada remaja di lembaga masyarakat Ambon. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 839–853. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/1829>
- Putri, Q. A. S. (2020). *Hubungan self-compassion dan loneliness (Studi pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau)* [Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau]. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Repository. <https://repository.uin-suska.ac.id/24799/>
- Rachmanulia, N., & Dewi, K. S. (2023). Dinamika psikologis pada anak perempuan dengan fatherless di usia dewasa awal: Studi fenomenologis. *Prosiding Konferensi Mahasiswa Psikologi Indonesia*, 4, 88–98. <https://prosiding.collabryzk.com/index.php/kmpi/article/view/7>
- Ramdani, R. A., Rojabi, M. N., Mubarak, M. C., Roihan, R., Fuadi, D. A. R., & Kholis, N. (2024). Strategi koping anak terakhir dalam mengatasi kehilangan ayah dan kesepian: Sebuah pendekatan kualitatif. *Setara: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, 6(1), 51–64. <https://doi.org/10.32332/jsga.v6i01.9052>
- Ratnaningtyas, E. M., Ramli, Syafruddin, Saputra, E., Suliwati, D., Taufiq, B., Nugroho, A., Karimuddin, Habibullah, M., Aminy, Saputra, N., Khaidir, & Jahja, A. S. (2023). *Metodologi penelitian kualitatif*. Penerbit Zaini.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2

- Suzanna, S. (2018). Makna kehilangan orangtua bagi remaja di Panti Sosial Bina Remaja Indralaya Sumatera Selatan: Studi fenomenologi. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 61–76. <https://doi.org/10.30604/jika.v3i1.86>
- Yurni. (2015). Perasaan kesepian dan self-esteem pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 15(4), 123–128. <https://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah/article/view/134>
- Zhou, Y., Zhong, H., Li, X., & Xiang, Y. (2024). The relationship between father-love absence and loneliness: Based on the perspective of the social functionalist theory and the social needs theory. *International Journal of Mental Health Promotion*, 26(2), 139–148. <https://doi.org/10.32604/ijmhp.2023.046598>