

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kacah dan Persiapan

1. Orientasi Kacah

Pengambilan data dalam penelitian ini difokuskan pada wanita di masa *quarter life crisis* yang berada di usia 18 s/d 29 tahun. Berdasarkan penelitian Artiningsih dan Savira (2021) wanita cenderung mengalami *quarter life crisis* lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Ditambah survei *LinkedIn Corporate Communication* yang menunjukkan 75% individu di usia 25 s/d 33 mengalami *quarter life crisis* (Aini & Muti'ah, 2020).

Penyebaran kuesioner penelitian ini tidak dispesifikasikan di daerah tertentu, akan tetapi subjek yang mengisi kuesioner dalam penelitian ini berasal dari beberapa daerah di Indonesia. Seperti hasil survey *Into The Light Indonesia 2021* dalam *Change.org* yang menunjukkan sebanyak 67% wanita di Indonesia mengalami kesepian dimana 46%-nya berada di usia 18 s/d 24 tahun. Hasilnya Sebanyak 117 subjek berpartisipasi dalam pengisian kuesioner ini merupakan subjek yang memiliki karakteristik tersebut. Subjek-subjek tersebut berasal dari daerah Jakarta, Banten, Jawa Barat, Jawa Tengah, DIY, Jawa Timur, Lampung, Sumatera Utara, Sumatera Barat, Sumatera Selatan, Bengkulu, Kalimantan Barat dan Sulawesi Tenggara.

Pengambilan data dilakukan pada tanggal 24 Juni 2024 dengan cara menyebarkan *google form* secara *online* dengan bantuan media sosial seperti *whatsapp*, *instagram*, dan *telegram*. *Google form* telah memuat *informed consent*, kesediaan subjek, skala *loneliness* dan skala dukungan sosial.

2. Persiapan Penelitian

Dalam pengambilan data tersebut ada tahapan-tahapan yang harus dipersiapkan peneliti, diantaranya:

a. Persiapan Secara Administrasi

Peneliti menjaring subjek yang sesuai dengan karakteristik penelitian dengan cara mencantumkan karakteristik yang dibutuhkan di halaman utama *google form* dan *flyer* penelitian. Pengambilan data dilakukan melalui *google form* secara *online* dengan bantuan media sosial pribadi peneliti, sehingga dalam pengambilan data peneliti tidak memerlukan surat ijin dari instansi tertentu. Peneliti juga harus menyiapkan *informed consent* yang sekaligus terlampir dalam *google form* sebagai bukti ketersediaan dan persetujuan dari subjek apabila data yang telah diberikan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian dan akan dijaga kerahasiaannya.

b. Mempersiapkan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan dua alat ukur yang berupa skala psikologis, yaitu skala *loneliness* dan skala dukungan sosial.

1) Skala *Loneliness*

Skala *loneliness* dalam penelitian ini menggunakan skala Pramita (2019) yang mengacu pada teori Russell (1996). Skala *loneliness* memuat 19 pertanyaan dengan 10 aitem *favorable* dan 9 aitem *unfavorable*. Adapun rentang dalam pemilihan jawabannya terdapat 4 yaitu TP (Tidak Pernah), J (Jarang), S (Sering), dan SS (Sangat Sering).

2) Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial dalam penelitian ini menggunakan skala dukungan sosial dari Oktaviani dan Soetjaningsih (2023) yang mengacu pada teori Zimet, ddk (1988). Skala dukungan

sosial terdapat 12 aitem dengan pernyataan *favorable* semua. Adapun pilihan jawabannya terdapat 4 yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), S (Sesuai), dan SS (Sangat Sesuai).

c. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Langkah selanjutnya peneliti menguji coba (*try out*) skala pada sampel penelitian. Tujuannya agar alat ukur teruji validitas dan reliabilitasnya saat digunakan untuk mengambil data. Uji coba skala dilaksanakan pada tanggal 17 Juni 2024 pada sampel sebanyak 50 subjek. Peneliti menguji dengan menggunakan bantuan *google form* yang disebarakan dimedia sosial. Adapun pengambilan jumlah sampel ini berdasarkan Sugiono (2016) yang menyatakan untuk menguji validitas dan reabilitas dibutuhkan subjek sampel dengan jumlah minimal 30 subjek sampel. Selanjutnya peneliti melakukan uji validitas dan reabilitas dengan bantuan SPSS 16 *for window* untuk memperoleh hasil analisis dari data uji coba tersebut.

d. Menganalisis Hasil Uji Coba Alat Ukur

Peneliti telah menguji coba kedua alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian dan hasilnya sebagai berikut:

1) Skala *Loneliness*

Hasil dari analisis skala *loneliness* menunjukkan 18 aitemnya lolos uji coba atau valid dan 1 aitemnya gugur sebab tidak valid yaitu pada aitem nomor 12. Adapun koefisien validitas skala *loneliness* ini bergerak dari 0,351 s/d 0,601 dengan koefisien reabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,865. Berikut ini *blueprint* skala *loneliness* setelah diuji coba:

Tabel 4.1 *Blue print* Skala *Loneliness* Setelah Uji Coba

Aspek	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Kepribadian	15	8, 14	3
Kepatutan Sosial	2, 4, 16	1, 5, 6, 9, 12, 17	9
Depresi	3, 7, 10, 11, 13, 18	-	6
Total	10	8	18

2) Skala Dukungan Sosial

Skala dukungan sosial yang telah diuji coba kemudian dianalisis dan hasilnya menunjukkan kesemua aitemnya berjumlah 12 lolos uji coba atau valid. Nilai koefisien validitasnya bergerak dari 0,419 s/d 0,661 dan nilai koefisien reabilitas *alpha cronbach* 0,836. Berikut ini *blueprint* skala dukungan sosial setelah diuji coba:

Tabel 4.2 *Blueprint* Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba

Aspek	<i>Favorable</i>	Jumlah
<i>Significant others subscale</i>	1, 2, 5, 10	4
<i>Family subscale</i>	3, 4, 8, 11	4
<i>Friends subscale</i>	6, 7, 9, 12	4
Total		12

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Peneliti memulai penelitian dengan cara pengambilan data yang dilakukan pada tanggal 24 Juni 2024 s/d tanggal 30 Juni 2024 melalui tautan *google form* yang disebarakan dimedia sosial peneliti seperti *instagram*, *whatsapp* dan *telegram*. *Google form* didalamnya telah memuat *informed consent*, skala *loneliness*, dan skala dukungan sosial dengan kriteria subjek wanita diusia 10 s/d 29 tahun yang tengah mengalami kekhawatiran terkait masa depannya. Peneliti juga menambahkan poster yang berisi kriteria subjek, *link google form*, *barcode*, dan *contact person* peneliti untuk mempermudah responden dalam mengakses kuesioner serta menanyakan informasi terkait dengan penelitian yang tengah

peneliti lakukan. Adapun hasil dari pengambilan data tersebut diperoleh 117 responden dengan kriteria yang telah peneliti tentukan.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Diperolehnya data subjek dalam pengambilan data memperlihatkan bahwa adanya perbedaan latar belakang masing-masing subjek. Latar belakang tersebut seperti perbedaan usia, tempat tinggal, domisili, status pernikahan, pekerjaan dan kekhawatiran yang dirasakan oleh subjek. Berikut ini hasil pengambilan data yang telah peneliti lakukan:

Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia

Usia	N	Persentase
18	7	6%
19	4	3%
20	10	9%
21	14	12%
22	24	20%
23	12	10%
24	15	13%
25	19	16%
26	2	2%
27	3	3%
28	3	3%
29	4	3%
Total	117	100%

Data pada tabel 4.3 menunjukkan bahwasannya subjek yang berpartisipasi untuk penelitian ini terbanyak berada diusia 22 tahun dengan persentase sebesar 20%. Usia subjek paling sedikit berada diusia 26 tahun yaitu sebesar 2%.

Tabel 4.4 Deskripsi Subjek Berdasarkan Domisili

Domisili	N	Persentase
Jakarta	6	5,1%
Banten	2	2%
Jawa Barat	13	11,1%
Jawa Tengah	39	33,3%
DIY	45	38%
Jawa Timur	5	4,2%
Lampung	1	0,9%
Sumatera Utara	1	0,9%
Sulawesi Tenggara	1	0,9%
Sumatera Barat	1	0,9%
Sumatera Selatan	1	0,9%
Bengkulu	1	0,9%
Kalimantan Barat	1	0,9%
Total	117	100%

Tabel 4.4 menunjukkan domisili subjek berdasarkan provinsi asalnya, dimana subjek terbanyak berasal dari DIY dengan presentase 38%. Urutan kedua berasal dari Jawa Tengah dengan presentase 33,3% diikuti Jawa Barat dengan presentase 11,1%. Kemudian ada Jakarta dengan persentase 5,1%, Jawa Timur dengan presentase 4,2% dan Banten dengan presentase 2%. Ada beberapa provinsi lainnya di Indonesia dengan presentase 0,9%.

Tabel 4.5 Tabel Deskripsi Kekhawatiran Subjek

Kekhawatiran	N	Persentase
Karir	41	35%
Pendidikan	7	6%
Asmara	8	7%
Teman	3	2,6%
Karir & Pendidikan	14	12%
Karir & Asmara	14	12%
Karir & Teman	2	1,7%
Pendidikan & Teman	1	0,9%
Pendidikan & Asmara	1	0,9%
Asmara & Teman	1	0,9%
Karir, Asmara & Teman	5	4%
Karir, Pendidikan & Asmara	5	4%
Karir, Pendidikan & Teman	2	1,7%
Karir, Pendidikan, Asmara & Teman	13	11%
Total	117	99,7%

Tabel 4.5 menjelaskan persentase kekhawatiran yang dialami subjek. Dimana subjek dalam penelitian ini memiliki kekhawatiran terbanyak terkait

dengan karirnya dengan presentase 35%. Subjek dengan kekhawatiran lebih dari satu yaitu karir dan pendidikannya serta karir dengan asmaranya berada dipresentase 12%. Subjek yang memiliki kekhawatiran terhadap karir, pendidikan, asmara dan pertemanannya sebesar 11%. Subjek yang khawatir dengan asmara sebesar 7% sedangkan subjek yang khawatir dengan pendidikannya sebesar 6%. Tingkat selanjutnya subjek memiliki kekhawatiran lebih dari dua berada dipresentase 4% yang khawatir dengan karir, pendidikan dan asmaranya serta khawatir dengan karir, asmara dan pertemanannya. Persentase 1,7% subjek memiliki kekhawatiran terkait dengan karir dan pertemannya serta khawatir pada karir, pendidikan dan pertemannya. Subjek yang memiliki dua kekhawatiran yaitu pendidikan dan pertemanannya, asmara dan pendidikannya serta asmara dan pertemannya berada dipresentase 0,9%.

Tabel 4.6 Deskripsi Subjek Berdasarkan Tempat Tinggal

Tempat Tinggal	N	Persentase
Sendiri/Kos	49	42%
Bersama Keluarga	68	58%
Total	117	100%

Data pada tabel 4.6 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek tinggal bersama keluarga atau orangtua dengan presentase 58%. Sisanya subjek tinggal sendiri atau kos memiliki presentase 49%.

Tabel 4.7 Deskripsi Subjek Berdasarkan Status

Status	N	Persentase
Menikah	14	12%
Berpacaran	32	27%
Tidak Memiliki Pasangan	71	61%
Total	117	100%

Data pada tabel 4.7 menunjukkan subjek dalam penelitian ini lebih dari separuh wanita yang masih lajang atau menjomblo dengan persentasenya 61%. Sisanya subjek berstatus memiliki pasangan dengan persentase 27% subjek berpacaran dan 12%-nya telah menikah.

Tabel 4.8 Deskripsi Subjek Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	N	Persentase
Bekerja	35	30%
Pelajar	70	60%
IRT	6	5%
Mencari Kerja	6	5%
Total	117	100%

Tabel 4.8 menunjukkan subjek terkait dengan pekerjaannya memiliki subjek terbesar dari kalangan pelajar dengan presentase sebesar 70%. Subjek yang bekerja sebesar 30% dan sisanya merupakan IRT (Ibu Rumah Tangga) dan tengah mencari pekerjaan masing-masing persentasenya sebesar 5%.

2. Deskripsi Data Penelitian

Data yang diperoleh dideskripsikan berdasarkan norma kategorisasi, tujuan dilakukan kategorisasi yaitu agar mempermudah peneliti dalam menginterpretasi data penelitian yang telah diperoleh.

Tabel 4.9 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
<i>Loneliness</i>	18	72	45	9	19	63	40	8
Dukungan Sosial	12	48	30	6	19	48	35	6,5

Keterangan:

Skor Hipotetik: nilai dari skala

Skor Empirik: nilai data penelitian

Tabel 4.9 digunakan untuk mengkategorisasikan skor yang subjek penelitian peroleh. Tujuannya untuk menempatkan subjek-subjek penelitian sesuai dengan tingkatannya berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2020). Maka dilakukan penormaan untuk menentukan tingkatan skor subjek-subjek dalam penelitian agar sesuai dengan kelompoknya. Adapun rumus penormaan berdasarkan kategorisasinya sebagai berikut ini:

Tabel 4.10 Penormaan Katerorisasi

Kategorisasi	Rumus Norma
Sangat Rendah	$X < \mu - 1,5 \sigma$
Rendah	$\mu - 1,5 \sigma \leq X < \mu - 0 \sigma$
Sedang	$\mu + 0 \sigma \leq X < \mu + 1,5 \sigma$
Sangat Tinggi	$X \geq \mu + 1,5 \sigma$

Keterangan:

X: Skor Total

σ : Standar Deviasi

μ : Mean/Rata-rata

Dilihat dari rumus penormaan pada tabel 4.10, maka peneliti melakukan kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 4.11 Kategorisasi Persentil Tiap Variabel

Kategorisasi	<i>Loneliness</i>	Dukungan Sosial
Sangat Rendah	$X < 28$	$X < 25,25$
Rendah	$28 \leq X < 40$	$25,25 \leq X < 35$
Sedang	$40 \leq X < 52$	$35 \leq X < 44,75$
Sangat Tinggi	$X \geq 52$	$X \geq 44,75$

Tabel 4.11 menunjukkan hasil dari perhitungan kategorisasi berdasarkan tiap variabel. Kategorisasi tersebut mempermudah peneliti untuk mengetahui tingkat rendah tinggi subjek dalam variabelnya.

Tabel 4.12 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Kategorisasi	<i>Loneliness</i>		Dukungan Sosial	
	Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Sangat Rendah	7	6%	9	7,7%
Rendah	46	39,3%	46	39,3%
Sedang	54	46,2%	53	45,3%
Sangat Tinggi	10	8,5%	9	7,7%
Total	117	100%	117	100%

Tabel 4.12 menunjukkan banyaknya subjek yang mengalami *loneliness* terbanyak berada ditingkat sedang dengan presentase sebesar 46,2%. Kemudian subjek yang mengalami *loneliness* rendah sebanyak 39,3%, subjek yang mengalami *loneliness* tingkat sangat tinggi sebesar 8,5%. Sedangkan subjek yang mengalami *loneliness* sangat rendah sebanyak 6%. Presentase subjek yang memperoleh dukungan sosial paling banyak berada ditingkat sedang dengan presentase 45,3%. Subjek yang mendapat dukungan sosial rendah memiliki presentase 36%, subjek yang mendapat

dukungan sosial sangat tinggi dan sangat rendah memiliki presentase sama yaitu 7,7%.

3. Uji Asumsi

Pengujian ini terdapat dua tahapan yaitu uji normalitas dan uji linieritas yang dilakukan dengan bantuan SPSS 16 *for windows*.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang telah diperoleh peneliti dalam penelitiannya terdistribusi normal atau tidak. Peneliti melakukan olah data penelitian dengan bantuan SPSS 16 untuk memperoleh hasil dari uji normalitas tersebut dengan uji parametrik *Kolmogorov Smirnov*. Data yang normal jika *p-value* (sig) $> 0,05$, data tidak normal jika *p-value* (sig) $< 0,05$ (Iswanto & Agustina, 2016).

Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig	Interpretasi
<i>Residual Unstandardized</i>	0,200	Normal

Tabel 4.13 menunjukkan nilai sig dari uji normalitas secara parametric dimana nilai sig *kolomogorov smirnov* 0,200. Nilai tersebut $> 0,05$ artinya terjadi hubungan yang linier antara *loneliness* dengan dukungan sosial.

b. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas digunakan untuk melihat korelasi antar dimensi pada dukungan sosial. Hubungan yang baik yaitu apabila tidak terdapat hubungan yang multikolinier antar variabel bebasnya (Ghozali, 2018). Hubungan yang tidak multikolinier ditunjukkan dengan nilai *tolerance* $> 0,1$ dan nilai VIF < 10 dan sebaliknya (Jusmansyah, 2020).

Tabel 4.14 Hasil Uji Mutikolinieritas

Dimensi	Tolerance	VIF	Interpretasi
Dukungan Sosial Orang Spesial	0,874	1,145	Tidak Multikolinieritas
Dukungan Sosial Keluarga	0,831	1,203	Tidak Multikolinieritas
Dukungan Sosial Teman	0,866	1,155	Tidak Multikolinieritas

Tabel 4.14 memperlihatkan nilai uji multikolinieritas dimensi dukungan sosial orang spesial memiliki nilai *tolerance* 0,874 dan nilai VIF 1,145. Nilai dimensi dukungan sosial keluarga yaitu *tolerance* 0,831 dan VIF 1,203 dan nilai *tolerance* dimensi dukungan sosial teman yaitu 0,866 dengan nilai VIF 1,155. Kesemua dimensi di atas memiliki nilai *tolerance* > 0,1 dan nilai VIF <10 yang artinya antar dimensi dukungan sosial di atas tidak memiliki hubungan yang multikolinieritas.

c. Uji Heteroskedasitas

Uji ini bertujuan untuk mengetahui hubungan heteroskedasitas antar dinamika dukungan sosial. Menurut Ghozali (2018) uji heteroskedasitas untuk mendeteksi adanya *variance* yang tidak sama dari suatu residual. Untuk menguji heteroskedasitas penelitian ini menggunakan uji heteroskedasitas uji Glesjer. Nilai yang baik bagi heteroskedasitas yaitu jika nilai sig > 0,05 artinya tidak terjadi heteroskedasitas (Jumansyah, 2020).

Tabel 4.15 Hasil Uji Heteroskedasitas

Dinamika	Sig	Interpretasi
Dukungan Sosial Orang Spesial	0,787	Tidak Heteroskedasitas
Dukungan Sosial Keluarga	0,033	Heteroskedasitas
Dukungan Sosial Teman	0,307	Tidak Heteroskedasitas

Dilihat dari tabel 4.15 hasil uji heteroskedasitas nilai dukungan sosial orang spesial yaitu 0,787, nilai dukungan sosial keluarga 0,33

dan nilai dukungan sosial teman 0,307. Nilai dukungan sosial orang spesial dan teman $> 0,05$ artinya kedua dimensi tersebut tidak terjadi heteroskedasitas, sedangkan nilai dukungan sosial orangtua $< 0,5$ atau memiliki heteroskedasitas

d. Uji Autokorelasi

Uji ini bertujuan melihat korelasi secara *time series* dari dinamika dukungan sosial terhadap *loneliness*. Uji yang baik menunjukkan tidak adanya hubungan autokorelasi (Ghozali, 2018). Adapun kriteria uji autokorelasi yaitu nilai $DL < DU$ (*Durbin Watson*) $< 4 - DU$, dapat diartikan bahwa tidak terjadi autokorelasi (Jumansyah, 2020).

Tabel 4.16 Hasil Uji Autokorelasi

Variabel	Durbin Watson	Interpretasi
Dukungan Sosial	1,946	Tidak Autokorelasi

Dilihat dari tabel 4.16 nilai autokorelasi tabel di atas nilai durbin watsonnya yaitu 1,946. Dimana syarat dar lolos uji autokorelasi yaitu $DU < DW < 4 - DW$. Nilai DL berdasarkan tabel 1,646 dan nilai DU 1,751, sedangkan nilai 4-DW yaitu 2,49. Maka kesimpulannya nilai $DU < DW < 4 - DU$, sehingga dukungan sosial tidak autokorelasi.

4. Uji Hipotesis

Metode uji hipotesis yang dilakukan yaitu analisis regresi berganda, tujuannya untuk dapat melihat pengaruh variabel independen terhadap variabel dependennya. Uji F dipakai dalam uji hipotesisi dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial secara simultan mempengaruhi *loneliness*. Hasil uji F yang signifikan yaitu nilai $\text{sig} < 0,05$ (Jumansyah, 2020).

Tabel 4.17 Hasil Uji F

Variabel	Sig	Interpretasi
Dukungan Sosial Terhadap <i>Loneliness</i>	0,000	Signifikan

Tabel 4.17 menunjukkan hasil uji f dimana hasil uji tersebut 0,000 yang menunjukkan nilai $\text{sig} < 0,001$ artinya dukungan sosial sangat berpengaruh terhadap *loneliness*.

5. Uji Analisis Tambahan

a. Uji T Parsial

Uji T bertujuan untuk memperkirakan dukungan sosial berpengaruh secara parsial atau sendiri-sendiri pada *loneliness*. Nilai uji T yang signifikan ditandai dengan nilai sig < 0,05 (Jumansyah, 2020).

Tabel 4.18 Hasil Uji T

Dinamika	Koefisien Korelasi	Sig	Interpretasi
Dukungan Sosial Orang Spesial	-0,389	0,000	Signifikan
Dukungan Sosial Keluarga	-0,247	0,002	Signifikan
Dukungan Sosial Teman	-0,285	0,000	Signifikan

Tabel 4.18 menggambarkan dinamika dukungan sosial secara parsial dengan nilai sig < 0,05 yaitu dukungan sosial orang spesial 0,000, dukungan sosial orangtua 0,002 dan dukungan sosial teman 0,000. Nilai-nilai tersebut menunjukkan hubungan yang signifikan dukungan sosial dalam mempengaruhi *loneliness*. Ditunjukkan pula nilai koefisien korelasi tiap dinamika dukungan sosial negatif yaitu dukungan sosial orang spesial -0,389, dukungan sosial orangtua -0,247 dan dukungan sosial teman -0,285. Artinya dukungan sosial tersebut berpengaruh signifikan secara negatif yang artinya semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi *loneliness* yang dirasakan.

b. Uji Determinasi

Analisis tambahan yang dilakukan yaitu uji regresi linier, tujuannya untuk mengetahui seberapa besar kontribusi dukungan sosial terhadap *loneliness*.

Tabel 4.19 Hasil Determinasi

Dimensi	Sumbangan Efektif
Dukungan Sosial Orang Spesial	0,210
Dukungan Sosial Keluarga	0,115
Dukungan Sosial Teman	0,133
R Square	0,458

Tabel 4.19 memaparkan sumbangan efektif dukungan sosial kepada *loneliness* dilihat dari *r square* yaitu 0,458 atau 45,8%. Sumbangan efektif tiap dimensi yaitu dukungan sosial orang spesial 0,115 atau 11,5%. Sumbangan efektif dukungan sosial keluarga sebesar 0,210 atau 21% dan sumbangan efektif dukungan sosial teman 0,133 atau 13,3%. Adapun sisanya 54,2% *loneliness* dipengaruhi oleh faktor lainnya.

c. Uji Beda

Pengujian ini dilakukan untuk melihat perbedaan rata-rata tingkat *loneliness* ataupun tingkat dukungan sosial yang dirasakan oleh masing-masing kelompok berdasarkan karakteristik subjek. Analisis ini dilakukan dengan cara membandingkan nilai mean (rata-rata) tiap kelompoknya, kelompok yang memiliki mean lebih tinggi memiliki tingkatan *loneliness* maupun dukungan sosial lebih tinggi pula. Untuk dapat melihat perbedaan tingkat *loneliness* dan dukungan sosial dalam kelompok sampel dapat dilihat dari nilai signifikan. Nilai signifikan $< 0,05$ menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan tiap kelompok sampelnya dan nilai signifikan $> 0,05$ menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam kelompok sampelnya. Adapun yang dianalisis sebagai berikut:

Tabel 4.20 Uji Beda Berdasarkan Tempat Tinggal

Tempat Tinggal	<i>Loneliness</i>	Dukungan Sosial
Bersama Keluarga	39	36
Sendiri/Kos	41,5	34
Sig (2-tailed)	0,131	0,202

Dapat dilihat dalam tabel 4.20 menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antar sample baik dari tingkat *loneliness* maupun tingkat dukungan sosialnya. Ini ditunjukkan dengan nilai sig (2-

tailed) *loneliness* $0,131 > 0,05$ dan nilai sig (2-tailed) dukungan sosial $0,202 > 0,05$. Tetapi jika dilihat dari nilai mean *loneliness* subjek yang tinggal sendiri sebesar 41,5 sedangkan subjek yang tinggal bersamanya memiliki nilai mean lebih rendah yaitu 39. Hal ini menunjukkan nilai mean *loneliness* pada subjek yang tinggal sendiri lebih tinggi dari pada nilai mean subjek yang tinggal bersama keluarga. Dimana nilai mean dukungan sosial pada subjek yang tinggal sendiri sebesar 34 lebih rendah dari pada nilai mean subjek yang tinggal bersama keluarganya dengan nilai mean 36. Hal tersebut terjadi sebab dukungan sosial yang diterima subjek yang tinggal sendiri lebih rendah dibandingkan dengan subjek yang tinggal bersama keluarganya.

Tabel 4.21 Uji Beda Berdasarkan Status Pernikahan

Status Pernikahan	<i>Loneliness</i>	Dukungan Sosial
Menikah	39	35
Pacaran	38	37,5
Tidak Memiliki Pasangan	41,5	34
Sig	0,087	0,03

Tabel 4.21 menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *loneliness* yang dirasakan oleh subjek yang tidak memiliki pasangan dengan subjek yang memiliki pasangan. Ditunjukkan dengan nilai sig $0,087 > 0,05$. Nilai mean *loneliness* diperoleh subjek yang tidak memiliki pasangan dengan nilai 41,5 kemudian subjek yang menikah dengan nilai 39 dan subjek yang memiliki pacar sebesar 38. Nilai ini menunjukkan mean *loneliness* yang dirasakan subjek yang tidak memiliki pasangan lebih tinggi dibandingkan dengan subjek yang sudah menikah dan memiliki pacar. Pada uji beda dukungan sosial berdasarkan status pernikahan memiliki perbedaan yang signifikan ditunjukkan dengan nilai sig $0,03 < 0,05$. Maka terdapat perbedaan dukungan sosial yang diterima pada kelompok sampel ini, dimana dukungan sosial tertinggi dapat dilihat dari nilai rata-ratanya. Ditunjukkan nilai mean dukungan sosial yang diperoleh subjek yang tidak memiliki pasangan sebesar 34, subjek yang telah menikah 35 dan subjek yang memiliki pacar sebesar 37,5. Artinya subjek yang memiliki kekasih memiliki dukungan sosial yang

lebih tinggi daripada subjek yang telah menikah, serta subjek yang tidak memiliki pasangan mendapat dukungan sosial terendah pada kelompok sampel ini.

Tabel 4.22 Uji Beda Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	<i>Loneliness</i>	Dukungan Sosial
Pelajar	41	34,5
Bekerja	39	36
Mencari Pekerjaan	38	36
IRT	37	35,5
Sig	0,413	0,845

Tabel 4.22 menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antar sampel baik dari tingkat *loneliness* maupun dukungan sosial yang diterima sampel. Ditunjukkan dengan nilai sig *loneliness* $0,413 > 0,05$ dan nilai sig dukungan sosial $0,845 > 0,05$. Tetapi dapat dilihat perbedaannya dengan membandingkan nilai meannya. Dimana nilai mean tertinggi diperoleh subjek yang masih pelajar dengan nilai mean 41, kemudian subjek yang bekerja dengan nilai mean 39, disusul oleh subjek yang tengah mencari pekerjaan sebesar 38 dan IRT dengan nilai mean 37. Nilai tersebut menunjukkan perbedaan mean *loneliness* yang dirasakan pelajar paling tinggi dibandingkan dengan subjek yang bekerja, masih mencari pekerjaan dan IRT. Hal ini sebanding dengan dukungan sosial yang diterima oleh subjek yang masih pelajar terendah dari pada subjek lainnya yaitu dengan nilai mean 34,5. Subjek yang bekerja memiliki nilai mean dukungan sosial sebesar 36. Subjek yang masih mencari pekerjaan memiliki nilai mean dukungan sosial 36 dan subjek yang menjadi IRT memiliki nilai mean dukungan sosial sebesar 35,5. Hal ini menunjukkan mean dukungan sosial yang diperoleh subjek pelajar lebih rendah dibandingkan subjek lainnya. Dimana subjek yang berprofesi sebagai IRT memiliki tingkat dukungan sosial lebih rendah dibandingkan subjek yang bekerja dan masih mencari pekerjaan.

D. Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk menguji secara empiris terkait dengan hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *loneliness* pada wanita dimasa *quarter life crisis*. Sebanyak 117 subjek yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan ikut berpartisipasi dalam penelitian. Subjek yang ikut serta berpartisipasi dalam penelitian berasal dari berbagai wilayah di Indonesia seperti dari provinsi Jawa Tengah, Jawa Barat, Jawa Timur, Banten, Jakarta, Lampung, Bengkulu, Sumatera Selatan, Sumatera Utara, Sumatera Barat, Kalimantan Barat, Sulawesi Tenggara dan DIY.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan hipotesis peneliti diterima, dimana terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap *loneliness* pada wanita di masa *quarter life crisis*. Hipotesis diterima dibuktikan dengan hasil analisis uji F menunjukkan nilai sig $0,000 < 0,001$. Pengaruh dukungan sosial terhadap *loneliness* bersifat negatif dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi perdimensi bernilai negatif yaitu dukungan sosial orang spesial memiliki koefisien korelasi $-0,389$, dukungan sosial keluarga $-0,274$ dan dukungan sosial teman $-0,285$.

Hasil di atas sesuai dengan beberapa penelitian sebelumnya seperti dalam penelitian Batara dan Kristianingsih (2020) yang menunjukkan $r = -0,375$ dan $p = 0,026$. Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang bersifat negatif serta signifikan dukungan sosial kepada kesepian. penelitian lainnya yang dilakukan Yuli dan Lestari (2020) menunjukkan hasil $r = -0,698$ dan $p = 0,000$, hasil tersebut berarti adanya hubungan bersifat negatif serta signifikan dukungan sosial kepada kesepian. Hasil yang sama ditunjukkan dalam penelitian Setyo, Razak, dan Zainuddin (2018) menunjukkan hasil $r = -0,668$ dan $p = 0,000$, artinya adanya hubungan bersifat negatif dukungan sosial dengan kesepian. Hasil penelitian di atas menunjukkan dukungan sosial berpengaruh terhadap *loneliness* dimana individu yang mendapat dukungan sosial terbatas dari orang-orang terdekat akan meningkatkan rasa kesepiannya.

Banyaknya subjek yang mengalami *loneliness* terbanyak berada ditingkat sedang dengan presentase sebesar 46,2%. Kemudian subjek yang

mengalami *loneliness* rendah sebanyak 39,3%, subjek yang mengalami *loneliness* tingkat sangat tinggi sebesar 8,5%. Sedangkan subjek yang mengalami *loneliness* sangat rendah sebanyak 6%. Presentase subjek yang memperoleh dukungan sosial paling banyak berada ditingkat sedang dengan presentase 45,3%. Subjek yang mendapat dukungan sosial rendah memiliki presentase 36%, subjek yang mendapat dukungan sosial sangat tinggi dan sangat rendah memiliki presentase sama yaitu 7,7%. Tingkatan *loneliness* yang dirasakan subjek sesuai dengan tingkat dukungan sosial yang diperolehnya. Rendahnya tingginya dukungan sosial akan meningkatkan dan menurunkan *loneliness*. Sesuai dengan hasil penelitian Nazmi (2017) bahwa kesepian yang dirasakan individu disebabkan kurangnya dukungan sosial terutama dari sosok yang memiliki kedekatan secara emosional seperti keluarganya serta adanya kesulitan individu dalam menjalin hubungan sosial.

Dukungan sosial didapat dari orang disekitar seperti rekan kerja, lingkungan tempat tinggal dan keluarga (Yara, dkk, 2023). Dukungan sosial yang diperoleh dari lingkungan terdekat individu dapat mempengaruhi tingkat kesepian yang akan dirasakan individu dan dukungan yang paling utama berasal dari keluarga. Sawitri, dkk (2021) menyatakan dukungan sosial dari keluarga menjadikan individu merasa dicintai, diterima dan akan membentuk kepribadian yang positif sehingga sangat berperan dalam mengatasi kesepian. Selain dukungan dari keluarga dukungan dari rekan kerja bagi individu menjadi penting pula guna mengatasi kesepian ditempat kerja. Iswanto dan Agustina (2016) menyatakan bahwa dukungan dari rekan kerja dapat mengurangi perasaan terisolasi yang berakibat pada kesepian. bagi wanita dukungan dari seseorang yang spesial juga menjadi hal penting lainnya karena berinteraksi dengan orang spesial dapat mempengaruhi psikologis. Dukungan sosial dari orang spesial atau pasangan juga berdampak pada kesepian bahkan rasa cemas dan stress (Winta & Nugraheni, 2019).

Adapun besarnya kontribusi dukungan sosial terhadap *loneliness* berdasarkan hasil uji determinasi yaitu 45,8%, 54,2% sisanya *loneliness*

dipengaruhi oleh faktor lain. Dimana Sumbangsih dukungan sosial dari keluarga sebesar 11,5%, sumbangan dukungan sosial teman 13,3% dan sumbangan dukungan sosial orang spesial 21%. Dapat dikatakan bahwa dukungan sosial berperan sangat penting untuk menurunkan tingkat *loneliness*, dimana sebagian besar faktor dari *loneliness* merupakan dukungan sosial. Penelitian Yuli dan Lestari (2022) dapat menjadi penguat dimana dukungan sosial berkontribusi besar dalam mempengaruhi kesepian sebesar 48,8%. Windarti dan Marsidi (2023) dalam penelitiannya juga menunjukkan besarnya kontribusi dukungan sosial dalam mempengaruhi dukungan sosial yaitu sebesar 38,5%. Sisanya *loneliness* dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti usia, status pernikahan, pekerjaan dan tempat tinggal. Hal ini sesuai dengan Perlman dan Peplau (1998) yang menyatakan bahwa kesepian dapat dipengaruhi oleh status pernikahan, sosial ekonomi, jenis kelamin, usia dan jenis kelamin. Terpisah secara geografis atau meninggalkan rumah untuk waktu yang lama dapat menjadikan individu menjadi kesepian (Roberts & Krueger, 2021).

Peneliti juga menambahkan analisis perbedaan *loneliness* dan dukungan sosial yang diterima oleh subjek berdasarkan status pernikahan, tempat tinggal dan pekerjaannya. Berdasarkan analisis tambahan tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan *loneliness* antara subjek tinggal sendiri dengan subjek yang tinggal bersama keluarganya, dilihat dari hasil uji beda nilai sig $0,131 > 0,05$. Jika dilihat dari skor rata-rata *loneliness* subjek yang tinggal sendiri 41,5 lebih tinggi dibandingkan dengan subjek yang tinggal bersama keluarganya dengan skor rata-rata *loneliness* 39. Penelitian Anggriani dan Arswimba (2023) menunjukkan bahwa tempat tinggal tidak mempengaruhi kesepian secara signifikan, dimana tidak ada perbedaan signifikan antara yang tinggal sendiri dengan yang tinggal bersama keluarganya sebab keterbukaan diri menjadi salah satu faktor individu dapat merasakan kesepian.

Uji beda pada dukungan sosial berdasarkan tempat tinggal subjek juga menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan dengan nilai sig $0,202 > 0,05$.

Bila dilihat dari skor rata-rata dukungan sosial yang diterima subjek yang tinggal sendiri sebesar 34 lebih rendah dari subjek yang tinggal bersama keluarganya yang memiliki skor rata-rata dukungan sosial 36. Hal ini dikarenakan individu yang tinggal sendiri cenderung memperoleh dukungan sosial lebih banyak dari rekannya sama halnya dengan individu yang tinggal bersama keluarganya akan memperoleh dukungan sosial dari keluarganya.

Berdasarkan status pernikahan tidak terdapat perbedaan *loneliness* yang signifikan dengan hasil uji beda menunjukkan nilai sig $0,087 > 0,05$. Subjek yang tidak memiliki pasangan memiliki skor rata-rata *loneliness* 41,5 lebih tinggi dibandingkan dengan subjek yang memiliki pacar dengan skor rata-rata *loneliness* 38 dan subjek yang sudah menikah dengan skor rata-rata *loneliness* 40. Batara dan Kristianingsih (2020) dalam penelitiannya menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan kesepian antara individu yang telah menikah dengan individu yang lajang.

Pada dukungan sosial berdasarkan sampel status pernikahan ada perbedaan signifikan ditunjukkan dengan nilai sig $0,03 < 0,05$. Skor rata-rata dukungan sosial diterima subjek yang tidak memiliki pasangan 34 lebih rendah dibandingkan dengan skor rata-rata dukungan sosial subjek yang memiliki kekasih 37,5, dan skor rata-rata dukungan sosial yang diterima oleh subjek yang telah menikah 35. Hasil penelitian Christie, Hartanti dan Nanik (2013) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dukungan sosial yang diterima oleh wanita yang tidak memiliki pasangan dengan wanita yang memiliki pasangan, dimana dukungan sosial ini akan mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya.

Berdasarkan pekerjaan tidak terdapat perbedaan *loneliness* yang signifikan antar sampelnya, dimana hasil uji beda menunjukkan nilai sig 0,413 atau sig $>0,05$. Jika dilihat dari skor rata-rata subjek yang masih pelajar mempunya skor rata-rata *loneliness* 41 lebih tinggi dibanding dengan skor rata-rata *loneliness* subjek yang bekerja dengan skor rata-rata *loneliness* 39, subjek yang masih mencari pekerjaan dengan skor rata-rata *loneliness* 38 dan subjek yang menjadi IRT dengan skor rata-rata *loneliness* 37. Perbedaan

loneliness yang tidak signifikan ini bisa dikarenakan tingkat depresi yang dimiliki tiap individu berbeda dan sesuai dengan keadaannya masing-masing.

Dukungan sosial yang diterima subjek berdasarkan pekerjaan juga tidak menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dimana hasil uji beda menunjukkan nilai sig $0,845 > 0,05$. Skor rata-rata dukungan sosial subjek yang masih pelajar yaitu 34,5, skor rata-rata dukungan sosial subjek yang bekerja 36, subjek yang menjadi IRT memiliki skor rata-rata dukungan sosial 35,5 dan skor rata-rata dukungan sosial subjek yang tengah mencari pekerjaan yaitu 36. Perbedaan yang tidak signifikan ini dapat dikarenakan dukungan yang diperoleh individu menyesuaikan dengan lingkungannya, baik keluarga, rekan maupun orang spesial.

Hasil uji beda diatas menunjukan bahwa tiap kelompok sampel penelitian tidak memiliki perbedaan yang signifikan baik dilihat dari *loneliness* dan dukungan sosialnya, kecuali dukungan sosial berdasarkan status pernikahannya. Namun jika dilihat dari mean subjek yang tinggal sendiri, masih pelajar dan tidak memiliki pasangan mean *loneliness* tinggi dengan mean dukungan sosial yang rendah. Seperti dalam Resmadewi (2018) yang menyatakan kesepian sering terjadi pada individu yang mengalami transisi kehidupan dan perpisahan seperti berpindah tempat tinggal, memasuki jenjang perkuliahan, belajar hidup mandiri dengan bekerja sebab berpisah dengan lingkungannya dan orangtuanya. Didukung pendapat Batara dan Kristianingsih (2020) yang menyatakan individu dimasa *quarter life crisis* yang belum memiliki pasangan lebih beresiko mengalami kesepian sebab tidak ada seseorang yang dekat untuk berbagi keluh kesah dengannya. Pada tingkat selanjutnya subjek yang telah menikah dan menjadi IRT memiliki kecenderungan *loneliness* lebih tinggi dari pada subjek memiliki kekasih. Hal ini bisa disebabkan karena IRT tinggal berjauhan dengan suaminya sehingga kurang berinteraksi, kurangnya kepercayaan, merasa kurang diperhatikan dan kurangnya tanggungjawab (Yusnita & Budiman, 2018).

Pemaparan di atas menunjukkan bahwasannya dukungan sosial berpengaruh negatif terhadap *loneliness*, artinya individu yang memperoleh banyak dukungan sosial dari lingkungannya akan mengurangi tingkat *loneliness* yang dirasakan begitupun sebaliknya. Ditambah dengan karakteristik subjek yang tinggal sendiri, masih pelajar dan belum memiliki pasangan memiliki tingkat *loneliness* lebih tinggi sebab dukungan sosial yang diterima juga terbatas. Hal ini disebabkan terpisah dari tempat tinggal asalnya dan kurangnya sosok yang dapat memberikan dukungan sosial. Penelitian ini memberikan kontribusinya dalam bidang penelitian terkait dengan kesepian khususnya bagi wanita dimasa *quarter life crisis*nya. Akan tetapi dalam penelitian ini masih banyak kekurangan seperti penjelasan kriteria subjek yang berada di masa *quarter life crisis* kurang spesifik, sehingga memungkinkan subjek yang tidak di masa *quarter life crisis* juga ikut mengisi skala penelitian ini. Selain itu peneliti kurang teliti dalam menentukan *expert judgement* yang akan dimintai penilaian, sebab *expert judgement* yang dipilih belum tentu benar-benar ahli dalam bidang yang sesuai dengan tema penelitian. Kekurangan lainnya subjek penelitian yang tidak mencakup semua wilayah di Indonesia, sehingga tidak dapat mewakili sampel dari suatu wilayah.