

DINAMIKA KESEPIAN PADA WANITA DEWASA AWAL

Nama : Camelia Octaviany
Jurusan/Program Studi: Psikologi
Pembimbing :
Dr. Dra. Elly Yuliandari Gunatirin, M. Si.
Siti Yunia Mazdafiah, SS., MWS

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan fenomena kesepian pada wanita dewasa awal (*emerging young adult*) secara mendalam melalui latar belakang terbentuknya kejadian hingga dampak dan cara informan menghadapi kesepian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dan menggunakan dua subjek wanita dewasa awal. Adapun latar belakang pengalaman berelasi dan persepsi yang muncul pada diri individu menjadi kunci utama dalam menemukan penyebab kesepian. Relasi dalam keluarga yang tidak memuaskan menimbulkan kebutuhan berelasi yang berekspektasi ketika individu berada di lingkungannya. Terciptanya perasaan kesepian dalam beberapa bentuk yang berbeda sesuai pada pengalaman tersebut menghasilkan gambaran kesepian yang berbeda-beda pula. Dampak yang dihasilkan dari kesepian dapat menyebabkan kebosanan dan tidak adanya penghargaan pada relasi yang dimiliki individu sehingga berdampak pada penggunaan cara yang efektif dalam mengatasi perasaan kesepian. Hasil penelitian menggambarkan sebagaimana *coping* yang dilakukan dalam mengatasi kesepian dapat bekerja sesuai dengan cara individu memaknai aktivitas tersebut, seperti mengenali kesepian itu sendiri, melakukan pengenalan diri dan hiburan yang disukai, serta melakukan pengungkapan diri. Perasaan kesepian ditentukan melalui gambaran psikologis pengalaman berelasi individu, menyebabkan kesepian menjadi unik pada satu sama lain. Kesepian bukan berarti tidak bisa terselesaikan, tapi justru dapat menjembatani para individu kesepian untuk semakin berkembang dan lebih jauh mengenal dan mencintai diri sendiri.

Kata kunci : Kesepian, wanita, dewasa awal, *coping*

DINAMIKA KESEPIAN PADA WANITA DEWASA AWAL

Name : Camelia Octaviany
Dicipline/Study Programme: Psikologi
Contributor :
Dr. Dra. Elly Yuliandari Gunatirin, M. Si.
Siti Yunia Mazdafiah, SS., MWS

ABSTRACT

This study aims to describe the phenomenon of loneliness in early young adults, through the background of the formation of events to the impact and the way informants face loneliness. The method used in this study was qualitative and two subjects of early adult women. Background experience and related perceptions that in individuals become the main key in finding the cause of loneliness. Unsatisfactory relationships in the family cause the related needs that are expected when individuals are in their environment. The creation of feelings of loneliness in different forms according to experience produces a different picture of loneliness. The impact of loneliness can lead to boredom and lack of respect for the relationships that individuals have so that the impact on the use of effective ways to overcome loneliness. The results of the study describe as coping done in dealing with loneliness can work in accordance with the way individuals interpret these activities, such as recognizing loneliness itself, conducting self-recognition, preferred entertainment, and doing self-disclosure. Feelings of loneliness are determined through psychological images of experiences related individually, which causes loneliness to be unique to each other. Loneliness does not mean that it cannot be resolved, but can bridge lonely individuals to develop and further know who loves themselves.

Keywords : *Loneliness, women, young adult, coping*