

## **Pengaruh Pendekatan *Art Therapy* Menggambar untuk Mereduksi Kesepian Pada Remaja di Panti Asuhan Hasanuddin Pandeglang**

Basranie Azhar\*, Alfiandy Warih Handoyo, Lenny Wahyuningsih  
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan & Ilmu Pendidikan, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

\*)Email Korepondensi: 2285210083@untirta.ac.id

### **Abstrak**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya fenomena kesepian yang dialami oleh remaja di panti asuhan. Tujuan dari penelitian ini dilakukan untuk menguji pengaruh pendekatan *art therapy* menggambar untuk mereduksi kesepian pada remaja di panti asuhan Hasanuddin Pandeglang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dengan desain eksperimen yaitu *one group pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dan mendapatkan 10 remaja yang mengalami kesepian tingkat tinggi. Hasil dari penelitian menunjukkan skor rata-rata pretest 50%, sedangkan nilai rata-rata posttest sebesar 31%. Melalui uji hipotesis penelitian menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, diketahui nilai *Asymp. Sig. (2-Tailed)* yaitu  $0.005 < 0.05$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Hasil tersebut menunjukkan pendekatan *art therapy* menggambar berpengaruh untuk mereduksi kesepian pada remaja di panti asuhan Hasanuddin Pandeglang

**Kata Kunci:** *Art therapy* menggambar, Kesepian, Remaja

### **Abstract**

*This study was motivated by the phenomenon of loneliness experienced by adolescents in orphanages. The purpose of this study was conducted to examine the effect of the art therapy drawing approach to reduce loneliness in adolescents at Hasanuddin Pandeglang orphanage. The research method used is experimental method with experimental design, namely one group pretest-posttest design. The sampling technique used purposive sampling and obtained 10 adolescents who experienced high levels of loneliness. The results of the study showed an average pretest score of 50%, while the average posttest score was 31%. Through the research hypothesis test using the Wilcoxon Signed Rank Test, it is known that the value of Asymp. Sig. (2-Tailed) is  $0.005 < 0.05$ , so  $H_a$  is accepted and  $H_o$  is rejected. These results show that the art therapy drawing approach has an effect on reducing loneliness in adolescents at Hasanuddin Pandeglang orphanage.*

**Keywords:** *Adolescents, Art therapy drawing, Loneliness*

## **Pendahuluan**

Menurut Masi (2021) keluarga dikatakan sebagai unit terkecil dalam kehidupan sosial yang memiliki peran sangat penting untuk membentuk sumber daya manusia yang berkualitas. Salah satu fungsi keluarga adalah memberikan kasih sayang kepada anak (Herawati dkk., 2020). Cinta dan kasih sayang orang tua kepada remaja sangatlah penting agar para remaja dapat tumbuh secara baik dari sisi psikologis. Selain itu, perasaan tulus yang diberikan oleh orang tua membuat remaja merasa keberadaannya diterima dan dikasihi. Pada kenyataannya tidak semua remaja dapat merasakan kehadiran orang tua dalam perkembangannya, salah satunya remaja yang tinggal di panti asuhan.

Panti asuhan ialah lembaga yang berfungsi menampung anak-anak yatim piatu atau anak-anak yang dititipkan oleh keluarganya dengan alasan tertentu. Remaja yang tinggal di panti asuhan tidak mendapatkan kebutuhan dasar yang sempurna seperti kasih sayang, cinta, dan perhatian. Hilda dan Tobing (2021) mengungkapkan remaja yang tinggal di panti asuhan

cenderung dipandang rendah dan kekurangan dukungan sosial sehingga beragam persoalan muncul pada remaja yang tinggal di panti asuhan, salah satunya ialah kesepian. Sudarman (Sagita dkk., 2022) kesepian yang dirasakan oleh remaja Panti Asuhan dapat disebabkan oleh kurangnya kepercayaan diri, merasa malu dan minder sehingga cenderung menarik diri dalam bersosialisasi dan merasa sedih karena tidak memiliki orang tua serta tidak memiliki teman untuk berbagi pikiran.

Dewasa ini, kesepian menjadi fenomena yang sering didengar khususnya dikalangan remaja. Dilansir dalam detik.news pada 5 Januari 2024, telah dilakukan Survei *Health Collaborative Center* (HCC) di Jakarta pada Selasa (19/12/2023). Hasil survei tersebut mengungkapkan bahwa Jabodetabek dilanda pusaran kesepian. Survei yang melibatkan 1.299 responden tersebut mengungkapkan bahwa separuh warga Jabodetabek merasa kesepian, dengan perincian sebagai berikut: 44% responden mengalami kesepian tingkat sedang dan 6% mengalami kesepian tingkat berat. (<https://news.detik.com>, diakses 10 April, 2024).

Menurut temuan di lapangan yang dilakukan oleh peneliti pada survei data awal bahwa permasalahan kesepian remaja di panti asuhan Hasanudin Pandeglang ditandai dengan kurangnya kemampuan untuk menjalin hubungan pertemanan, karena sebagian dari mereka merasa kurang percaya diri sehingga cenderung menarik diri dari lingkungan dan pada akhirnya merasa tidak memiliki teman untuk bertukar pikiran. Sebagian dari mereka ada yang merasa sulit berbaur dengan lingkungan di luar panti asuhan karena merasa memiliki latar belakang yang berbeda. Kemudian beberapa dari mereka merasa tidak puas dengan hubungan pertemanannya baik itu di dalam lingkungan panti asuhan ataupun di luar panti asuhan. Sehingga remaja panti merasa tidak ada yang memahaminya dengan baik dan akhirnya menimbulkan perasaan sedih.

Kesepian dikatakan sebagai emosi negatif yang apabila terus-menerus dirasakan maka dapat membentuk perasaan-perasaan negatif lainnya misalnya perasaan depresi, pesimis terhadap masa depan, cemas berlebihan, ketidakpuasan, dan kecenderungan menyalahkan diri sendiri. Jika kesepian yang dialami oleh remaja dibiarkan saja tanpa pemberian intervensi maka akan menyebabkan kesepian yang berkepanjangan sehingga menyebabkan dampak negatif terhadap kesehatan mental seseorang (Oktavira dkk., 2023). Belum lama ini, terjadi sebuah kasus tragis yang menimpa seorang pria bernama A, J. Berusia 31 tahun, warga Kelurahan Babadan Kecamatan Wlingi, Kabupaten Blitar, Jawa Timur yang ditemukan tewas gantung diri di dapur rumah orang tuanya. Terungkap dalam penyelidikan, sebelum ditemukan tewas tergantung, korban lebih banyak menyendiri, melamun, bahkan korban sempat mengatakan merasa kesepian. (<https://news.okezone.com>, dikutip 10 april 2024). Mengingat dampak yang

diakibatkan dari perasaan kesepian begitu besar, maka sudah seharusnya kesepian menjadi fokus penanganan bagi para konselor atau psikolog. Maka dari itu, peneliti ingin mencari upaya kuratif yang perlu dilakukan untuk mereduksi kesepian pada remaja khususnya yang tinggal di panti asuhan.

Pada penelitian ini peneliti menentukan intervensi yang menyenangkan untuk dilakukan. *Art therapy* menjadi alternatif pilihan untuk intervensi permasalahan kesepian pada remaja di Panti Asuhan. *Art therapy* mampu memberikan efek relaksasi pada tubuh. Penggunaan *art therapy* jika dikaitkan dengan kesepian ialah sebagai upaya dalam mengatasi kesepian bahwa dirinya dapat mengalihkan fokus atau konsentrasi dari sumber kesepian. Adapun *art therapy* yang akan peneliti gunakan ialah terapi menggambar, dan mewarnai. Dinyatakan oleh Kikiany (Nurlianawati, 2023) aktivitas menggambar dapat menjadi katarsis untuk perasaan kesepian, kecemasan, dan stress.

Penelitian mengenai penerapan *art therapy* untuk mereduksi kesepian ini sebetulnya sudah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya, diantaranya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Damanik, K. P., Satiadarma, M. P., & Suryadi, D (2018) tentang penerapan *art therapy* dalam mengatasi kesepian pada wanita dewasa awal sebagai anak tunggal dengan orang tua bercerai. Hasil penelitian ini secara kuantitatif menunjukkan perubahan yang signifikan terlihat dari penurunan angka kesepian dengan menggunakan kuesioner UCLA *Loneliness Scale* yaitu  $p(0.021 < 0.05)$ , sedangkan secara kualitatif kurang menunjukkan adanya perubahan yang bermakna. Melalui hasil tersebut, dibuktikan adanya pengaruh pendekatan *art therapy* untuk mereduksi kesepian.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya penelitian ini berfokus pada subjek penelitian remaja khususnya remaja di panti asuhan, selain itu proses intervensi *art therapy* dalam penelitian ini akan dilaksanakan dalam *setting* kelompok, Penggunaan terapi kelompok berperan untuk menstimulasi interaksi antara remaja dengan teman sebayanya selama proses intervensi sehingga membantu individu merasa terhubung dengan individu lainnya. Upaya pembangunan interaksi sosial dalam kesepian ini merujuk pada pendapat yang dinyatakan oleh Jetse (Salsabila, 2023) terkait dengan penelitian saran intervensi bagi kesepian ialah dengan meningkatkan sosial interaksi individu. Berdasarkan uraian masalah yang dijelaskan sebelumnya maka perlu dilakukan pengujian keefektifan penerapan *art therapy* untuk mereduksi kesepian pada remaja yang tinggal di panti asuhan.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2017) mendefinisikan pendekatan penelitian kuantitatif merupakan metode yang konkrit, terukur, rasional, obyektif, dan sistematis, karenanya metode penelitian kuantitatif disebut sebagai metode ilmiah. Adapun metode penelitian ini ialah penelitian eksperimen dengan cara pra eksperimen yang dicirikan dengan tidak adanya kelompok kontrol, hanya akan terdapat satu kelompok saja yaitu kelompok eksperimen. Jenis desain dalam penelitian ini berbentuk *One Group Preposttest Design*. Sugiyono (Bete, D. T., 2020) memaparkan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *One Group PrePost Test Design* ialah desain penelitian yang mana hasil *treatment* dapat diketahui lebih akurat karena sebelum perlakuan diadakan *pretest*. Sehingga terdapat perbandingan antara keadaan sebelum diberikan *treatment* (*pretest*) dengan setelah diberikan *treatment* (*posttest*).

Untuk mengidentifikasi kesepian pada remaja di Panti Asuhan Hasanuddin Pandeglang, maka peneliti melakukan penyebaran kuesioner kesepian yang merupakan adaptasi dari *University California of Los Angeles (UCLA) lonelines scale version 3* yang dikembangkan oleh Russel (1996). Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* hingga mendapatkan 10 sampel penelitian dari 40 populasi. Kesepuluh sampel penelitian tersebut akan diberikan *treatment art therapy* menggambar selama 8 kali pertemuan, setelahnya akan dilakukan pengisian *posttest* untuk mengetahui pengaruh *art therapy* menggambar untuk mereduksi kesepian. Adapun dalam proses analisis data, penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 21, hipotesis pendekatan *art therapy* menggambar untuk mereduksi kesepian diuji dengan data statistik *Wilcoxon Signed Rank Test*.

## Hasil

Secara keseluruhan terjadi perubahan yang signifikan. Berikut adalah hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan *Wilcoxon Signes Rank Test*

**Tabel 1. Hasil Pengujian Hipotesis**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Rank
<i>Posttest- pretest</i>	Negative Ranks	10 <sup>a</sup>	5.50	55. 00
	Positive ranks	0 <sup>b</sup>	. 00	. 00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	10		

Tabel tersebut menunjukkan nilai *positive ranks* atau selisih positif antara *pretest* dan *posttest* ialah nol, baik pada nilai N, *mean rank*, ataupun *sum of ranks*. Nilai 0 tersebut menunjukkan tidak adanya peningkatan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest*. Pada nilai *negative ranks* atau selisih negatif antara hasil *pretest* dan *posttest*, terdapat 10 data (N) yang artinya 10 responden mengalami penurunan nilai *pretest* ke nilai *posttest*, maka telah terjadi penurunan kesepian pada kesepuluh responden tersebut. Selanjutnya, jumlah *mean rank* atau rata-rata penurunan dalam penelitian ini ialah sebesar 5.50, kemudian jumlah *sum of ranks* yaitu 55,00. Ties merupakan kesamaan nilai *pretest* dan *posttest*, didapatkan nilai ties yaitu 0, maka dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara *pretest* dan *posttest*.

**Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Statistic**

<i>Test Statistics</i>	
	<i>Posttest- pretest</i>
Z	-2807 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.005

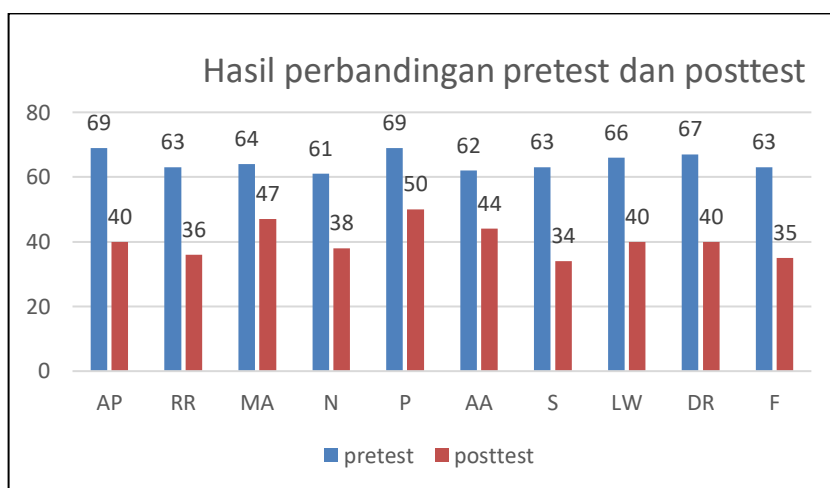
Melalui tabel tersebut, didapatkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yaitu sebesar 0.005. Berdasarkan pengambilan keputusan hipotesis nilai  $0.005 < 0,05$  atau diartikan nilai 0.005 lebih rendah dari 0.05, maka dapat dinyatakan hipotesis diterima. Dengan demikian dinyatakan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dari hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan *art therapy* menggambar dinyatakan berpengaruh untuk mereduksi kesepian pada remaja di Panti Asuhan Hasanuddin Pandeglang tahun kepengurusan 2024/2025. Berikut merupakan nilai perhitungan skor kelompok eksperimen pada saat sebelum dan setelah diberikan *treatment art therapy* menggambar:

**Tabel 3. Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest**

No	Nama	TOTAL			Keterangan
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain</i>	
1.	AP	69	40	29	Menurun
2.	RR	63	36	27	Menurun
3.	MA	64	47	17	Menurun
4.	N	61	38	23	Menurun
5.	P	69	50	19	Menurun
6.	AA	62	44	18	Menurun
7.	S	63	34	29	Menurun
8.	LW	66	40	26	Menurun
9.	DR	67	40	27	Menurun
10.	F	63	35	28	Menurun
Total		647	404	243	
Rata - Rata		64,7	40,4	24,3	
Presentase		50%	31%	19%	

Melalui perbandingan hasil *pretest* dengan *posttest* diketahui adanya perbedaan atau penurunan hasil persentase *pretest* yaitu sebesar 31% dan mengalami penurunan saat *posttest* dengan persentase sebesar 19%. Dari hasil tersebut terdapat siswa dengan penurunan kesepian yang signifikan atau penurunan tingkat kesepiannya banyak setelah melalui *treatment art therapy* menggambar yaitu AP, RR, N, S, LW, DR, dan F. Ketujuh responden tersebut mengalami penurunan kesepian dari kategori tinggi menjadi kategori rendah. Terlihat AP dan S memiliki perbandingan penurunan hasil skor *pretest* dengan *posttest* sebesar 29, kemudian skor perbandingan pada F sebesar 28. Skor perbandingan penurunan hasil *pretest* dengan *posttest* pada RR dan DR yaitu sebesar 27, kemudian LW sebesar 26. Adapun skor perbandingan penurunan skor pada N sebesar 23.

Pada saat pemberian *treatment*, ketujuh responden menjalankan *treatment* dengan fokus dan mendengarkan instruksi dengan baik serta terlihat serius dan bersungguh-sungguh saat mengikuti *treatment* terlebih pada saat proses pelaksanaan *art therapy* menggambar, sehingga berpengaruh terhadap penurunan dan hasil yang didapatkan. Dari hasil tersebut ketujuh responden dapat dikatakan sudah tidak mengalami kesepian. Sedangkan ketiga responden lainnya yaitu MA, P, AA mengalami penurunan kesepian hanya pada kategori sedang. Tabel diatas juga menunjukkan perbandingan penurunan skor *pretest* dengan *posttest* pada MA sebesar 17, skor penurunan P sebesar 19, kemudian pada AA skor penurunannya sebesar 18. Hal tersebut menunjukkan ketiga responden tersebut mengalami penurunan dari kategori kesepian tinggi, hanya menjadi kategori kesepian sedang. Peneliti menyertakan grafik batang untuk melihat penurunan kesepian secara lebih jelas, berikut ialah grafik batang perbandingan hasil *pretest* dan *posttest*:



Gambar 1. Hasil Perbandingan *Pretest* dan *Posttest*

## Pembahasan

Anderson (Hilmi, 2024) berpendapat kesepian pada remaja akan diikuti oleh emosi negatif seperti depresi, kecemasan, ketidakhahagiaan, ketidakpuasan, ataupun menyalahkan diri sendiri. Maka dari itu perlu dilakukan pemberian upaya kuratif pada remaja yang mengalami kesepian. Pada penelitian ini didapatkan hasil melalui analisis deskriptif sebelum diberikan *treatment art therapy* menggambar, persentase kesepian dari 40 remaja panti asuhan dengan kategori kesepian tinggi sebesar 28%. Kemudian pada kategori kesepian sedang sebesar 67%. Adapun untuk kategori kesepian rendah sebesar 5%. Peneliti mengambil 10 remaja untuk dijadikan sebagai responden penelitian dan diberikan 8 kali pertemuan menggunakan *treatment art therapy* menggambar.

Proses *treatment* mengacu pada tiga indikator aspek kesepian yang dicetus oleh Daniel Russel (1996), diantaranya ialah: *personality*, *social desirability*, dan *depression*. Pertemuan keempat membahas indikator *depression*, pertemuan kelima membahas indikator *personality* dengan tema yaitu “*who knows me*”, kemudian indikator *social desirability* dibahas pada pertemuan keenam dengan bertemakan “*someone to talk*”. Selama pertemuan diungkap beberapa permasalahan diantaranya remaja panti asuhan merasakan dampak kesepian yaitu kecenderungan remaja untuk menutup diri dari orang sekitar, gelisah, merasa takut berteman atau malu pada seseorang yang tidak terlalu dekat. Kemudian terjadi pengalaman dicampakkan oleh seorang teman sehingga membuat kesan buruk untuk memiliki teman dekat, mengalami perpisahan dengan teman dekat membuat salah satu responden merasa sulit untuk membangun kembali pertemanan yang bermakna dengan orang lain. Hal itulah yang membuat sebagian responden merasa tidak sepenuhnya dimengerti orang lain. Oleh karenanya, responden kurang mampu dalam menjalankan keterampilan sosial. Selain itu, ditemukan beberapa responden yang tidak terbiasa untuk menceritakan permasalahannya, sebagian memiliki pengalaman buruk setelah menceritakan permasalahannya.

Melalui proses pengamatan selama *treatment* berlangsung, terjadi perubahan perilaku positif pada responden penelitian. Pada awal pertemuan, responden cenderung menunjukkan sikap menutup diri dari orang sekitar, merasa canggung, kaku dan tegang. Pada pertemuan ketiga, hal ini berangsur membaik. Pada pertemuan kelima, responden menjadi lebih sering menyapa, memberikan pendapat, tertawa, dan tidak takut saat berinteraksi. Sebagian responden mengaku telah menerima kejadian kehilangan yang dia alami, dan fokus pada pencapaian dalam hubungan yang bermakna dengan teman. Pada pertemuan keenam, responden terlihat lebih mampu untuk mengelola emosi positif dan pikiran positif. Beberapa responden mengaku mulai membenahi diri untuk tidak malu atau pesimis saat mendekati teman.

Secara individual, penurunan kategori kesepian juga dapat terlihat cukup signifikan setelah diberikan *treatment art therapy* menggambar selama 8 kali pertemuan. Dilihat dari penurunan yang ditunjukkan oleh AP yaitu dari skor 69 menjadi 40. Kemudian RR memperoleh nilai pretest sebanyak 63 dan mengalami penurunan menjadi 36. Skor MA pada pretest ialah 64 dan mengalami penurunan menjadi 47. N memperoleh skor pretest 61, mengalami penurunan menjadi 38. Perolehan skor pretest pada P yaitu 69 dan mengalami penurunan menjadi 50. Skor awal AA ialah 62, Mengalami penurunan menjadi 44. S memperoleh skor awal sebesar 63 dan mengalami penurunan menjadi 34. Skor LW pada awal pretest yaitu 66 dan mengalami penurunan menjadi 40. DR memperoleh nilai pretest 67 dan mengalami penurunan menjadi 40, kemudian F memperoleh skor penurunan 35 dari yang sebelumnya 63. Kesepuluh responden tersebut berhasil mengalami penurunan kategori kesepian dari kategori tinggi ke kategori sedang dan rendah.

Perubahan yang dialami oleh responden tentunya berhubungan dengan proses *art therapy* menggambar yang berlangsung. Pelaksanaan *art therapy* menggambar memiliki sebuah makna untuk menghilangkan rasa ketidaksadaran misalnya rasa takut, ancaman, atau hal lain yang secara sadar tidak bisa diterima oleh individu tersebut. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Salsabila (2023) pendekatan *art therapy* yang digunakan dalam suatu *treatment* dapat mengatasi trauma dan segala emosi terpendam seperti kesepian, manajemen stress, ataupun gangguan psikologis lain. Berdasarkan perhitungan data, diketahui nilai *Asymp. Sig (2 -tailed)* yang diperoleh bernilai 0.005. Hal tersebut berdasarkan pengambilan keputusan yaitu nilai *Asymp. Sig (2 -tailed) < 0.05* atau dapat dikatakan jika nilai 0.005 lebih rendah dari 0.05 sehingga dapat diartikan bahwa hipotesis dinyatakan diterima. Dengan itu  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, yang menandakan adanya pengaruh penerapan *art therapy* menggambar untuk mereduksi kesepian pada remaja di Panti Asuhan Hasanuddin Pandeglang.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh pendekatan *art therapy* menggambar untuk mereduksi kesepian pada remaja di Panti Asuhan Hasanuddin Pandeglang, dapat ditarik kesimpulan mengenai 10 sampel penelitian yang diberikan *treatment art therapy* menggambar sebanyak 8 pertemuan, seluruhnya mengalami penurunan tingkat kesepian. Melalui uji hipotesis penelitian menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, diketahui nilai *Asymp. Sig. (2-Tailed)* yaitu  $0.005 < 0.05$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Hasil tersebut menunjukkan pendekatan *art therapy* menggambar berpengaruh untuk mereduksi kesepian pada remaja di panti asuhan Hasanuddin Pandeglang. Dalam penelitian ini,



keterbatasan yang terjadi diantaranya terdapat kesenjangan jadwal *treatment* dengan kegiatan wajib di panti asuhan, serta terjadi keterbatasan pemahaman materi pada responden sehingga dibutuhkan penjelasan berulang untuk materi yang diberikan. Bagi peneliti lain, disarankan dapat melakukan penelitian dengan menggunakan karakteristik responden yang lebih spesifik, seperti misalnya lama waktunya responden tersebut berada di panti asuhan.

### Daftar Pustaka

- Arif, S. (2023). Diduga Kesepian, Bujangan Gantung Diri Di Rumah Kosong. <https://news.okezone.com/read/2023/04/10/519/2795789/diduga-kesepian-bujangan-gantung-diri-di-rumah-kosong>. Diakses pada 10 April, 2024
- Bete, D. T. (2020). Pengaruh Latihan Push-Up Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Lengan pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli di SMPK Nurobo. *Ciencias: Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, 3(2).
- Damanik, K. P., Satiadarma, M. P., & Suryadi, D. (2018). Penerapan *Art Therapy* dalam Mengatasi *Loneliness* Wanita Dewasa Awal Sebagai Anak Tunggal dengan Orangtua Bercerai. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(2).
- Hasnadi, D. M. (2024). Jabodetabek Dalam Pusaran Kesepian Kuantitatif. <https://news.detik.com/kolom/d-7124397/jabodetabek-dalam-pusaran-kesepian-kuantitatif>. Diakses pada 10 April 2024.
- Herawati, T., Krisnatuti, D., Pujihasvuty, R., & Latifah, E. W. (2020). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Pelaksanaan Fungsi Keluarga Di Indonesia. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 13(3).
- Hilda, D., & Tobing, DL (2021). Hubungan Kesepian Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja Di Panti Sosial Anak Putra Utama 3 Jakarta. *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)*, 8 (2).
- Hilmi, A, W. (2024). Pengembangan *Self Improvement Book* untuk Menemani Rasa *Loneliness*. Thesis, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.
- Hilmi, A, W. (2024). Pengembangan *Self Improvement Book* untuk Menemani Rasa *Loneliness*. Thesis, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.
- Masi, L. M (2021). Analisis Kondisi Psikologis Anak Dari Keluarga Tidak Utuh Pada Siswa SMA PGRI Kupang. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian Dan Kajian Kepustakaan Di Bidang Pendidikan, Pengajaran Dan Pembelajaran* , 7 (1).
- Nurlianawati, L., Abidin, I., & Rokayah, C. (2023). Terapi Seni Menggambar Terhadap Kesepian Pada Lansia Dirumah Perawatan Lansia. *Jurnal Keperawatan BSI* , 11 (2).

- Oktavira, A. C., Pramesti, R.K., & Wulandari, R. (2023). *Loneliness* Pada Mahasiswa yang Mengalami *Broken Home*. *Parade Riset*, 1 (1).
- Russell, D. W. (1996). *UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure*. *Journal of personality assessment*, 66(1).
- Sagita, S., Rifayanti, R., Rasyid, M., & Studi Psikologi, P. (2022). Interaksi Sosial Dengan Kesepian Pada Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Imiah Psikologi* , 10 (2).
- Salsabila, K. (2023). Pendekatan *Eco-Art Counseling* Untuk Mereduksi Kesepian Remaja (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Sugiyono, (2017). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung; Alfabeta.