

**Research Article****Self-Esteem and Loneliness: A Meta-Analysis Study**Pramodana Medha Wisesa<sup>1\*</sup>, Eny Purwandari<sup>2</sup><sup>1</sup> Universitas Muhammadiyah Surakarta, Pabelan, Kec. Kartasura, Kab. Sukoharjo, Indonesia 57169<sup>2</sup> Universitas Muhammadiyah Surakarta, Pabelan, Kec. Kartasura, Kab. Sukoharjo, Indonesia 57169\*Corresponding author's email: [pramodana97@gmail.com](mailto:pramodana97@gmail.com)**Abstract**

Loneliness can trigger many problems such as social media addiction, online bullying and phubbing. Even if often ignored can trigger self-harm behavior and give rise to suicidal ideation. Many factors can influence loneliness, including one of them (which is indirectly) self-esteem. Several studies show positive and negative correlation results, some even show that self-esteem does not affect loneliness. This meta-analysis aims to see the precision value between self-esteem and loneliness, using previous research data with a larger sample size to reduce bias in the analysis, through the process of correcting sampling errors and measurement errors, so that the precision value of the correlation coefficient is obtained. The research data comes from the publication of articles over the past 10 years (2012-2022), with a sample of 21 articles that meet the criteria, originating from Google Scholar, PubMed, Pro-Quest, Springerlink, Garuda through keyword searches related to loneliness and self-esteem. The overall results of this study show a correlation coefficient of -0.61 which means that someone with high self-esteem rarely feels lonely. The sampling error and measurement error of this study were small (3.08%). The sample was divided into 3 main parts, namely students, college students, and elderly. The strongest correlation was found in the student sample (-0.76). Further research should pay attention to how the distribution of countries and variable factors other than self-esteem.

**Keywords:** *loneliness; meta-analysis; self-esteem***Abstrak**

Kesepian bisa memicu banyak masalah seperti kecanduan media sosial, perundungan online dan phubbing. Bahkan jika sering terabaikan bisa memicu perilaku menyakiti diri dan memunculkan ide bunuh diri. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kesepian, termasuk salah satu di antaranya (yang secara tidak langsung) adalah harga diri. Beberapa penelitian menunjukkan hasil korelasi positif dan negatif, bahkan ada yang menunjukkan bahwa harga diri tidak mempengaruhi kesepian. Meta-analisis ini bertujuan untuk melihat nilai presisi antara harga diri dan kesepian, menggunakan data penelitian sebelumnya dengan ukuran sampel yang lebih besar untuk mengurangi bias dalam analisis, melalui proses koreksi kesalahan pengambilan sampel dan kesalahan pengukuran, sehingga didapatkan nilai presisi koefisien korelasi. Data penelitian berasal dari publikasi artikel selama 10 tahun terakhir (2012-2022), dengan sampel sebanyak 21 artikel yang memenuhi kriteria, berasal dari Google Scholar, PubMed, Pro-Quest, Springerlink, Garuda melalui pencarian kata kunci yang berhubungan dengan kesepian dan harga diri. Hasil keseluruhan penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,61 yang berarti seseorang dengan harga diri tinggi jarang merasa kesepian. Sampling error dan kesalahan pengukuran penelitian ini kecil (3,08%). Sampel dibagi menjadi 3 bagian utama yaitu siswa, mahasiswa, dan lansia. Korelasi terkuat ditemukan pada sampel mahasiswa (-0,76). Penelitian selanjutnya harus memperhatikan bagaimana distribusi negara dan faktor variabel selain harga diri.

**Kata Kunci:** *harga diri; kesepian; meta-analisis*

Diajukan: 18 September 2024 | Diterima: 25 Oktober 2024 | Tersedia Online: 30 Oktober 2024

## Pendahuluan

Kesepian merupakan masalah psikologis yang sering terabaikan, bisa memicu banyak masalah seperti kecanduan media sosial, perundungan *online* dan *phubbing*. Kesepian jika sering terabaikan bisa memicu perilaku menyakiti diri dan memunculkan ide bunuh diri. Hasil penelitian sebelumnya dilakukan Abd Latief dan Retnowati (2018) menunjukkan kesepian dan harga diri merupakan prediktor kecanduan internet remaja. Penelitian terbaru Krisnadi dan Adhandayani (2022) juga memperlihatkan semakin tinggi tingkat kesepian maka akan sejalan dengan tingkat kecanduan media sosial pada dewasa awal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Kowalski dkk. (2014), kesepian juga bisa memicu permasalahan perundungan-siber. Bahkan permasalahan lain berdasarkan penelitian Yaseen dkk., (2021) menunjukkan bahwa kesepian dan *fomo* berpengaruh signifikan terhadap perilaku *phubbing*.

Kondisi kesepian yang semakin tidak terkendali bisa memicu tindakan yang lebih buruk seperti perilaku menyakiti diri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Awalinni dan Harsono (2023) mengindikasikan adanya hubungan yang positif antara kesepian dengan perilaku melukai diri. Hasil penelitian lain yang dilakukan (Istiana dkk., (2023) juga memperlihatkan hasil di mana semakin tinggi remaja merasa kesepian maka perilaku melukai diri akan semakin tinggi. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan (Saputra dkk., 2024) melalui studi kualitatif terhadap kerentanan menyakiti diri pada remaja terjadi karena ketidakmampuan dalam menghadapi masalah, rasa kesepian, tidak memiliki penyelesaian dan penyesuaian diri yang baik, serta terdapat permasalahan komunikasi dengan orang tua. Kondisi terburuk lain orang yang kesepian bisa memunculkan pemikiran untuk bunuh diri. Hasil penelitian yang dilakukan Ainunnida dan Hartini (2022) turut menunjukkan ada hubungan kesepian dengan ide bunuh diri pada remaja yang mulai depresi akibat dari orangtua yang bercerai. Hasil tersebut didukung dengan penelitian tinjauan pustaka yang dilakukan (McClelland dkk., 2020) di mana kesepian dapat bertindak sebagai faktor yang meningkatkan kemungkinan penyebab ide bunuh diri.

Setelah memahami dampak bahaya dari perasaan kesepian yang terabaikan, kita juga harus memahami jumlah orang yang mengalami kesepian juga tidak sedikit. Berdasarkan penelitian Sagita dan Hermawan (2020) melalui survei 300 remaja di Indonesia memperlihatkan sebanyak 43% responden mengalami cukup kesepian, 10% dalam kategori tinggi dan 1,7% dalam kategori sangat tinggi dalam tingkat kesepian. Pengamatan lain dilakukan oleh Rinaldi (2021) melalui penelitian terhadap 236 mahasiswa, didapati kesepian dengan kategori ringan pada 66,95% responden, kesepian sedang terdapat pada 19,91% responden dan merasa tidak kesepian ada pada 13,13% responden. Selain itu, tidak ada perbedaan yang signifikan dalam kesepian antara perempuan dan laki-laki atau menurut status tempat tinggal (rumah orang tua, tempat tinggal sementara seperti kos atau apartemen sewaan).

Kesepian merupakan perasaan tidak menyenangkan yang muncul akibat dari kurangnya ikatan intim

dengan orang lain dan adanya perbedaan antara interaksi sosial yang diinginkan dengan realita yang dialami (Austin, 1983; Russell dkk., 1980). Kesepian dipengaruhi oleh seberapa sering kontak sosial yang terjadi, seberapa dalam kualitas bersosial yang dirasakan, serta fitur hubungan sosial yang lain dalam diri individu, seperti adanya rasa keintiman dan kepercayaan (Schwarzbach dkk., 2014; Siregar & Setiasih, 2022; Yanguas dkk., 2019). Lebih lanjut, penelitian telah menunjukkan bahwa kesepian dan isolasi sosial memiliki dampak yang buruk dalam mempengaruhi kesehatan fisik dan mempengaruhi proses kematian (Steptoe dkk., 2013; Tanskanen & Anttila, 2016).

Ada tiga faktor utama penyebab kesepian yaitu kepribadian, situasional dan budaya, kemudian dalam bidang faktor kepribadian, terdapat beberapa bagian penting yang membentuk kepribadian seseorang, seperti keterampilan sosial, rasa malu, dan harga diri (Peplau & Perlman, 1982; Sarwono, 2012). Dalam penelitian ini harga diri merupakan variabel yang diuji hubungannya dengan kesepian, karena merupakan salah satu faktor penyebab kesepian, namun bukan menjadi faktor utama karena harga diri merupakan faktor keturunan dari kepribadian, sehingga kemungkinan bias dari faktor lain masih memungkinkan. (Brehm dkk., 2002) mengemukakan orang dengan harga diri rendah biasanya cenderung tidak nyaman dalam situasi sosial yang berisiko. Dalam hal ini, orang tersebut selalu menghindari beberapa kontak sosial tertentu dan akibatnya akan merasa kesepian.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi kesepian, diantaranya termasuk harga diri, tingkat keintiman atau kedekatan, dukungan emosional, tingkat stres, dan dukungan sosial (Dhal dkk., 2007; Kuo dkk., 2021; Luo dkk., 2020; Siregar & Setiasih, 2022; Teneva & Lemay, 2020; Xia & Yang, 2019; Zhao dkk., 2013). Gao dkk. (2018) meneliti efek mediasi dari kesepian, depresi, dan harga diri. Penelitian tersebut mengatakan harga diri adalah salah satu faktor yang menyebabkan kesepian dan depresi. Studi lain juga menunjukkan bahwa harga diri memediasi hubungan antara prediktor kesepian, konsekuensi psikologis seperti kecemasan, dan depresi (Ma dkk., 2014).

Harga diri adalah sikap dan kemampuan individu untuk mengevaluasi dan memperhitungkan nilai dirinya secara umum (Coopersmith, 1967; Feldman, 2012; Rosenberg, 1979; Santrock, 2013). Harga diri merupakan bagian dari konsep diri dan mencerminkan bagaimana individu mengevaluasi diri secara holistik dan bagaimana memandang tingkat nilai individu (Bajaj dkk., 2016; Myers, 2013). Harga diri penting untuk proses berpikir ketika dihadapkan pada evaluasi atau komentar negatif dari orang lain, ketika mengalami penolakan atau kegagalan, dan merupakan cara penting untuk menghindari stres bahkan pikiran untuk bunuh diri (Jang dkk., 2014; Myers, 2013). Harga diri yang rendah membuat orang lebih rentan terhadap gangguan klinis, muncul perasaan selalu ditolak atau dikritik oleh orang-orang sekitar atau bahkan memandang negatif seluruh peristiwa atau kejadian pengalaman hidup (Kim & Moore, 2019; Myers, 2013; Wang dkk., 2018; Xie dkk., 2020).

Peneliti berusaha menguji hubungan antara kesepian dan harga diri dengan menggunakan pendekatan meta-analisis. Harga diri negatif dikaitkan dengan keterampilan sosial yang buruk, kesepian, depresi, dan kegagalan kerja, namun persepsi diri yang terlalu positif juga bisa menyebabkan masalah ketika tidak sesuai dengan kenyataan (Baron & Byrne, 2012). Myers (2013) menemukan bahwa harga diri yang rendah berperan dalam cara berperilaku yang kurang efektif. Orang dengan harga diri rendah tidak memiliki kemampuan untuk mengevaluasi diri dengan baik, sehingga perilakunya tidak sesuai dengan keadaan atau lingkungannya sehingga mengakibatkan seseorang cenderung kesepian.

Menurut Coopersmith (1967) dan Xie dkk., (2020), saat seseorang punya harga diri yang rendah, mereka merasa kurang percaya diri dan tidak bangga dengan dirinya. Merasa lebih rendah dari lainnya dan selalu membandingkan diri mereka sendiri. Ini mengarah pada fakta bahwa orang tersebut akan menarik diri dari lingkungan dan cenderung menghindari kontak sosial. Jika terus-menerus berlanjut, orang tersebut akan mengalami kesepian. Hubungan negatif yang kuat antara harga diri dan kesepian juga telah berulang kali dilaporkan dalam literasi (Creemers dkk., 2012; Ouellet & Joshi, 1986; Vanhalst dkk., 2013)

Hasil penelitian meta-analisis yang dilakukan Mahon dkk., (2006), ditemukan bahwa terdapat empat prediktor dalam kesepian yaitu jenis kelamin, depresi, rasa malu, dan harga diri. Hubungan antara kesepian dan harga diri memiliki ukuran efek  $r$  dalam kisaran kategori sedang tinggi. Branden (2007) menyatakan bahwa individu yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung mampu bersosial dengan baik sehingga rentan mengalami kesepian. Individu tersebut juga memiliki keyakinan akan kesuksesan, kebahagiaan, dan mampu memenuhi kebutuhan atau keinginannya, sehingga orang dengan harga diri tinggi biasanya jarang terkena gangguan kesehatan mental.

Berlawanan dengan pernyataan sebelumnya, Baron dan Byrne (2012) menyatakan orang dengan harga diri tinggi biasanya merasa puas dengan karakter personal dan kemampuan yang sudah dimiliki, memiliki tingkat kepercayaan diri yang berlebihan dan percaya bahwa dirinya adalah yang terbaik dalam hal intensitas hubungan sosial jika tidak sesuai dengan kenyataan akan menyebabkan masalah yang mengarah pada kesepian. Studi Krisnawati dan Soetjningsih (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara kesepian dan menyukai *selfie*, artinya seseorang masih bisa menyukai dirinya sendiri meskipun sedang kesepian.

Beberapa penelitian di Indonesia juga memperlihatkan adanya hubungan negatif antara harga diri dengan kesepian, seperti penelitian yang dilakukan Yunior dan Rohmatun (2021) dengan nilai korelasi ( $r$ ) sebesar -0,62, kemudian penelitian Suryadi (2022) sebesar -0,49. Namun, disisi lain juga terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan hasil bahwa harga diri tidak mempengaruhi kesepian, seperti penelitian yang dilakukan Azizah dan Rahayu (2016), karena dari penelitian mereka terlihat bahwa adanya ketidaksignifikan harga diri dengan kesepian. Ada juga penelitian yang menunjukkan bahwa harga diri berpengaruh positif

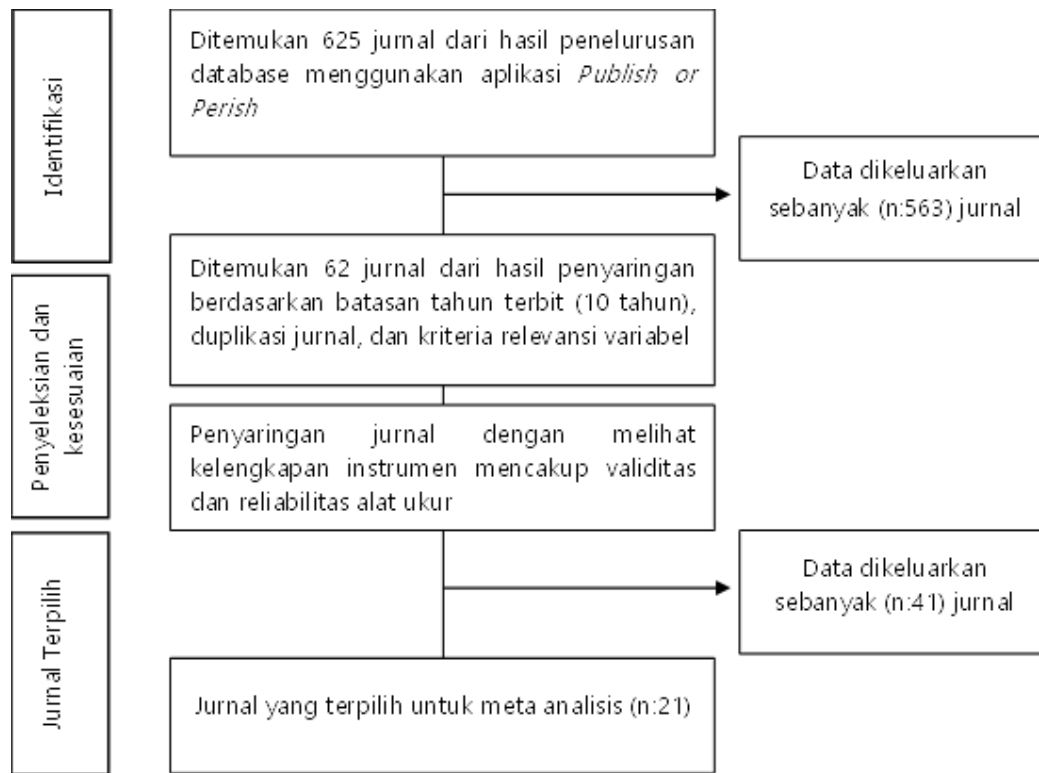
terhadap kesepian, seperti penelitian Yurni (2017) dengan nilai korelasi ( $r$ ) sebesar 0,29, Hardika dkk., (2019) dengan nilai korelasi ( $r$ ) sebesar 0,21, dan Zhou dkk., 2020) dengan nilai korelasi ( $r$ ) sebesar 0,06.

Berdasarkan temuan beberapa penelitian, ada yang menunjukkan hasil korelasi positif, negatif, bahkan ada yang menunjukkan bahwa harga diri tidak mempengaruhi kesepian. Untuk itu, studi ini menggunakan metode meta-analisis untuk menganalisis hubungan antara harga diri dengan kesepian, menggunakan data hasil penelitian terdahulu yang jumlah sampelnya lebih besar, sehingga dapat meminimalkan unsur bias dalam penelitian. Tujuan penelitian meta analisis ini untuk melihat nilai presisi harga diri (*self-esteem*) dan kesepian dengan menggunakan data hasil penelitian terdahulu yang jumlah sampelnya lebih besar. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan keilmuan dan menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya, terkhusus pada bidang psikologi, serta dapat memberikan masukan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian dengan topik yang serupa.

## Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan meta-analisis untuk merangkum temuan dari beberapa penelitian kuantitatif dengan mengekstrak data dari analisis gabungan beberapa penelitian utama tentang variabel. Melalui meta-analisis, dimungkinkan untuk mengurangi kesalahan dengan memeriksa efek dari kesalahan pengambilan sampel, kesalahan pengukuran, dan artefak lain yang mempengaruhi (Hunter & Schmidt, 2004). Seleksi model PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analysis*) digunakan dalam proses penyeleksian data pada penelitian ini, dimana jurnal dipilih melalui kriteria sesuai kebutuhan penelitian seperti batasan tahun terbit, kesesuaian variabel, kelengkapan instrumen pada bagian validitas dan reliabilitas, serta bias-bias penelitian lain seperti arah pengaruh variabel dan kesamaan judul atau jenis penelitian.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara mencari data primer berdasarkan penelitian terdahulu dari berbagai macam sumber publikasi karya ilmiah, dengan menggunakan bantuan aplikasi Windows Publish and Perish di mana aplikasi tersebut mencakup pencarian jurnal yang berasal dari Google Scholar, PubMed, Pro-Quest, Springerlink, Garuda dan sebagainya (Harzing, 2007). Saat mencari data peneliti menggunakan kata kunci yang berhubungan dengan kesepian, harga diri, *loneliness*, dan *self-esteem*, dengan rentang batasan 10 tahun terakhir dari tahun 2022. Pemilihan metode ini didasarkan karena metode ini mempunyai tahapan-tahapan yang sesuai prosedur dan sangat sistematis serta sesuai dengan kaidah ilmiah penelitian (Hunter & Schmidt, 2004).



**Gambar 1.** Bagan PRISMA-P

Berdasarkan Gambar 1, pada pencarian identifikasi jurnal dari Publish or Perish didapatkan 625 jurnal yang dibaca dan dibahas oleh peneliti. Sebanyak 563 jurnal dikeluarkan karena tidak memenuhi batasan tahun terbit jurnal dan relevansi variabel, terdapat juga duplikasi atau kesamaan dari jurnal tersebut. Kemudian jurnal masuk dalam tahap penyesuaian dengan mengeluarkan 41 jurnal karena isi jurnal tidak memenuhi kelengkapan data dalam hal validitas dan reliabilitas alat ukur, sehingga didapatkan 21 artikel yang sesuai dengan kriteria yang ada. Data yang mengandung nilai  $F$ ,  $t$  dan  $d$  ditransformasi ke nilai  $r$  sehingga dapat dibandingkan. Kemudian, sebelum menggeneralisasikan hasil beberapa penelitian, perlu dilakukan koreksi terlebih dahulu terhadap kekurangan penelitian tersebut. Ini akan menjadi dasar untuk menolak atau menerima hipotesis. Hal selanjutnya yang harus dilakukan adalah menganalisis data survei dalam dua langkah. Yaitu, yang pertama untuk mengoreksi kesalahan selama pengambilan sampel dan yang kedua adalah untuk memperbaiki kesalahan pengukuran (Hunter & Schmidt, 2004).

**Tabel 1.** Karakteristik Sampel Penelitian

<b>No</b>	<b>Tahun</b>	<b>Judul</b>	<b>N</b>	<b>r</b>	<b>Subjek</b>	<b>Negara</b>	<b>p value</b>
1	2012	The Examination of the Relationship between the University Students' Rejection Sensitivities, Self Esteem and Loneliness Levels	1149	-0,792	Usia 18-22 th (Mahasiswa)	Turki	p < 0,01
2	2012	Implicit and explicit self-esteem as concurrent predictors of suicidal ideation, depressive symptoms, and loneliness	95	-0,67	Usia 19-30 th (Mahasiswa)	Belanda	p < 0,01
3	2012	Exploring the Relationship among Loneliness, Self-esteem, Self-efficacy and Gender in United Arab Emirates College Students	495	-0,48	Usia 18-36 th (Mahasiswa)	Arab	p < 0,01
4	2012	Examining Multi-Dimensional Life Satisfaction as a Predictor of Loneliness and Self-Esteem	448	-0,29	Usia 12-15 th (Siswa)	Turki	p < 0,00
5	2013	Damaged self-esteem is associated with internalizing problems	95	-0,67	Usia 19-30 th (Mahasiswa)	Belanda	p < 0,01
6	2013	Loneliness and Their Relationship to Explicit and Implicit Self-Esteem	113	-0,44	Usia 18-22 th (Mahasiswa)	Cina	p < 0,01
7	2013	An Investigation of Loneliness, Self-Esteem, and	520	-0,38	Usia 17-33 th (Mahasiswa)	Turki	p < 0,01

No	Tahun	Judul	N	r	Subjek	Negara	p value
		Emotional Intelligence Skills in University Students					
8	2014	The Relationship Between Self-Esteem and Loneliness: Does Social Anxiety Matter?	285	-0,44	Usia 18-22 th (Mahasiswa)	Cina	p < 0,01
9	2015	Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness	90	-0,74	Usia 16-18 th (Siswa)	Inggris	NS
10	2015	A Study on Adolescent Students' Levels of Hopelessness, Loneliness and Self-Esteem: A Sample from Turkey	403	-0,44	Usia 16-18 th (Siswa)	Turki	p < 0,00
11	2015	Perasaan Kesepian dan Self-Esteem pada Mahasiswa	76	0,29	Usia 17-25 th (Mahasiswa)	Indonesia	p < 0,05
12	2016	Hubungan Self-Esteem dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian pada Lansia	55	-0,27	Usia ± 65 th (Lansia)	Indonesia	NS
13	2017	Positive Coping Style as a Mediator Between Older Adults' Self-esteem and Loneliness	312	-0,38	Usia 60-88 th (Lansia)	Cina	p < 0,01
14	2017	Relationship between self-esteem and loneliness among university students living in hostels	400	-0,57	Usia 18-24 th (Mahasiswa)	Pakistan	p < 0,001



No	Tahun	Judul	N	r	Subjek	Negara	p value
15	2019	The relationship among social support, self-esteem, affect balance and loneliness in individuals with substance use disorders in China	426	-0,31	Usia 19-51 th (Pengguna narkoba, mencakup mahasiswa hingga lansia)	Cina	p < 0,001
16	2019	Psychological Maltreatment and Loneliness in Chinese Children: The Role of Perceived Social Support and Self-esteem	1302	-0,54	Usia 9-13 th (Siswa)	Cina	p < 0,001
17	2019	Hubungan Self-Esteem dan Kesepian dengan Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik pada Remaja Pengguna Sosial Media Instagram	109	0,21	Usia 12-22 th (Siswa-Mahasiswa)	Indonesia	p < 0,05
18	2020	Emotional Abuse and Adolescents' Social Anxiety: the Roles of Self-Esteem and Loneliness	569	-0,43	Usia 10-15 th (Siswa)	Cina	p < 0,01
19	2021	Self-Esteem, Resilience, Social Support, and Acculturative Stress as Predictors of Loneliness in Chinese Internal Migrant Children: A Model-Testing Longitudinal Study	837	-0,46	Usia 10-12 th (Siswa)	Cina	p < 0,001
20	2021	Hubungan antara Harga Diri dengan Kesepian pada	155	-0,49	Usia 18-22 th (Mahasiswa)	Indonesia	p < 0,05

No	Tahun	Judul	N	r	Subjek	Negara	p value
21	2022	Remaja Akhir di Jabodetabek Selama Pandemi Covid-19 Hubungan Antara Harga Diri dengan Kesenian pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang	103	-0,62	Usia 18-22 th (Mahasiswa)	Indonesia	p < 0,05

Berdasarkan data Tabel 1, dapat dilihat bahwa populasi sampel dapat dibagi menjadi tiga kategori besar: pelajar, mahasiswa dan lansia; dalam sebuah penelitian/jurnal, berbagai jenis sampel seperti pelajar dan mahasiswa sering digunakan secara bersamaan. Menurut Santrock (2013) tahap usia remaja (10-22 tahun) menghadapi banyak peran dan status baru sambil memenuhi kewajiban sesuai tahapan perkembangannya, dan ketika mereka gagal melakukannya, mereka merasa terisolasi dan bahkan ditolak oleh lingkungan dekat, sehingga memicu perasaan kesepian. Di sisi lain, lansia lebih mungkin mengalami kehilangan yang signifikan seperti kehilangan sumberdaya material, kehilangan status sosial, kehilangan teman atau relasi, dan kehilangan pasangan. Hal-hal negatif ini juga memicu kesepian di kalangan lansia.

## Hasil dan Pembahasan

Data meta-analisis tersebut memiliki hasil yang cukup untuk membuktikan hubungan antara harga diri dengan kesepian. Hal ini dimungkinkan tidak hanya dari kasus tunggal, namun dilihat dari kumpulan studi primer yang berjumlah 21 item. Hasil analisis ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya dan melatih peneliti untuk bersikap lebih kritis terhadap hasil penelitian yang ada, karena adanya kesalahan yang mungkin muncul dan hasilnya kurang dapat dipercaya sepenuhnya jika hanya berasal dari data tunggal (Hunter & Schmidt, 2004).

Berdasarkan data yang diperoleh dari 21 penelitian primer menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan kesepian yang melibatkan 8037 orang, dan nilai korelasi r memiliki besaran yang bervariasi dari -0,79 sampai 0,29. Langkah pertama yang dilakukan adalah mengoreksi kesalahan pengambilan sampel (*Bare-bone meta-analysis*). Setelah dilakukan pengukuran kesalahan pengambilan sampel, hasil analisis data menunjukkan terdapat korelasi negatif antara harga diri terhadap kesepian sebesar -0,49, dengan jumlah varians korelasi sebesar 0,18 dan nilai korelasi tersebut masih masuk pada batas interval kepercayaan  $-0,84 \leq \hat{r} \leq -0,14$ , artinya ketika harga diri seseorang meningkat maka tingkat kesepian akan menurun (untuk lebih jelasnya bisa dilihat pada Tabel 2).

**Tabel 2.** Rangkuman Koreksi Kesalahan Pengambilan Sampel

	<b>Sampel Keseluruhan</b>	<b>Sampel Siswa</b>	<b>Sampel Mahasiswa</b>	<b>Sampel Lansia</b>
N	8037	3758	4021	793
Jumlah Studi	21	7	14	3
Estimasi korelasi populasi setelah dikoreksi	-0,49	-0,45	-0,52	-0,34
Varians korelasi yang sesungguhnya	0,18	0,15	0,24	0,15
Interval kepercayaan	$-0,84 \leq \hat{r} \leq -0,14$	$-0,73 \leq \hat{r} \leq -0,16$	$-0,98 \leq \hat{r} \leq -0,06$	$-0,63 \leq \hat{r} \leq -0,04$
Persentase dampak kesalahan pengambilan sampel	4,46%	5,36%	3,15%	11,77%
Persentase faktor lain yang belum terspesifikasi	95,54%	94,64%	96,85%	88,23%

Berdasarkan data Tabel 2, menunjukkan bahwa persentase bias kesalahan karena kekeliruan dalam pengambilan sampel populasi sebesar 4,46% (tergolong cukup rendah), hal ini disebabkan oleh karakteristik subjek penelitian yang bervariasi dimana lokasi penelitian yang heterogen, selain itu jumlah total sampel juga menentukan hasil dari kesalahan pengambilan sampel (Hunter & Schmidt, 2004). Hasil tersebut memiliki arti bahwa populasi sampel yang digunakan akurat, namun untuk lebih detailnya peneliti melakukan pendalaman koreksi kesalahan pengambilan sampel berdasarkan tiga kategori utama yang didapatkan dari 21 data jurnal, yakni siswa, mahasiswa, dan lansia.

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa korelasi negatif antara harga diri dan kesepian terbesar ditemukan pada studi yang melibatkan sampel mahasiswa, baik secara jumlah jurnal yang digunakan (14 dari 21 jurnal) maupun berdasarkan nilai korelasional ( $\hat{r} = -0,52$ ). Hal ini tidak mengherankan mengingat mahasiswa akan dihadapkan pada banyak peran dan status baru dalam memenuhi tugasnya, mulai dari karir yang baru, tugas-tugas yang lebih banyak, adanya perubahan pola asuh dari orang tuanya, persahabatan dan relasi romantis yang lebih rumit di mana apabila gagal dilakukan maka akan menimbulkan perasaan terisolasi bahkan penolakan dari keluarga dan lingkungan pertemanannya. Kurangnya dukungan sosial menyebabkan muncul kecemasan, perasaan tidak nyaman dalam keadaan sosial tertentu, dan ketidakpercayaan akan kemampuannya. Kondisi tersebut akan menghambat proses perkembangan remaja dan bisa memicu isolasi sosial, sehingga remaja tersebut lebih mudah mengalami kesepian (Al Khatib, 2012; Ma dkk., 2014; Santrock, 2013; Sarwono, 2012; Xia & Yang, 2019; Yilmaz dkk., 2013).

Kemudian setelah selesai mengukur kesalahan pengambilan sampel, dilakukan koreksi kesalahan pengukuran secara populasi, dikarenakan alat ukur yang digunakan dalam setiap jurnal beragam jenis, baik dari variabel harga diri maupun kesepian. Diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,61 (dapat dilihat pada tabel 3), hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang tinggi antara harga diri dengan kesepian, dikarenakan nilai  $r$  memiliki nilai koefisien korelasi lebih dari 0,5 sampai 0,75 (korelasi kategori tinggi/kuat) dan hampir mendekati nilai 1 (Sarwono, 2012). Berpedoman pada interval kepercayaan 95%, maka nilai korelasi sebesar -0,61 masih berada di antara batas interval kepercayaan yaitu di antara  $-1,05 \leq \hat{r} \leq -0,18$ .

**Tabel 3.** Rangkuman Koreksi Kesalahan Pengukuran

	<b>Sampel Keseluruhan</b>	<b>Sampel Siswa</b>	<b>Sampel Mahasiswa</b>	<b>Sampel Lansia</b>
N	8037	3758	4021	793
Jumlah Studi	21	7	14	3
Rerata gabungan ( $\bar{A}$ )	0,8	0,81	0,69	0,74
Estimasi korelasi populasi setelah dikoreksi	-0,61	-0,55	-0,76	-0,45
Varians korelasi yang sesungguhnya	0,05	0,03	0,12	0,04
Interval kepercayaan	$-1,05 \leq \hat{r} \leq -0,18$	$-0,896 \leq \hat{r} \leq -0,2$	$-1,43 \leq \hat{r} \leq -0,09$	$-0,84 \leq \hat{r} \leq -0,06$
Persentase dampak kesalahan pengambilan sampel	4,46%	5,36%	3,15%	11,77%
Persentase dampak kesalahan pengukuran	3,08%	4,74%	1,76%	4,46%
Persentase faktor lain yang belum terspesifikasi	92,46%	89,9%	95,09%	83,77%

Berdasarkan data Tabel 3, persentase kesalahan pengukuran dari penelitian ini lebih kecil daripada persentase kesalahan pada pengambilan sampel yaitu sebesar 3,08%. Besarnya persentase variansi akibat kesalahan pengukuran menunjukkan bahwa rendahnya kemungkinan kesalahan atau kekeliruan dalam pengukuran, misalnya penggunaan jenis alat ukur yang kurang tepat untuk penelitian mengenai harga diri dan kesepian, atau dapat dimungkinkan adanya kesalahan pengukuran yang tidak sesuai aspek yang diukur. Faktor lain (yang belum terspesifikasi) didapatkan sebesar 92,46%, hal tersebut dapat diasumsikan bahwa terdapat faktor lain yang berasal dari variabel-variabel selain dari harga diri, namun faktor tersebut dapat

disandingkan dengan harga diri.

Berdasarkan beberapa penelitian yang ditemukan dalam proses analisis, variabel selain harga diri yang juga dapat mempengaruhi kesepian diantaranya jenis kelamin (Al Khatib, 2012; Mahon dkk., 2006), dukungan sosial (Kuo dkk., 2021; Luo dkk., 2020; Mahon dkk., 2006; Xia & Yang, 2019; Zhao dkk., 2013), kecemasan sosial (Chen & Qin, 2020; Lin, 2015; Mahon dkk., 2006), kedekatan atau intimasi (Dhal dkk., 2007; Mahon dkk., 2006), tingkat stres (Kuo dkk., 2021; Mahon dkk., 2006), dukungan emosi (Teneva & Lemay, 2020), kecerdasan emosi (Saricam dkk., 2012), serta depresi dan rasa malu (Gao dkk., 2018; Ma dkk., 2014; Mahon dkk., 2006; Tian dkk., 2021). Dikarenakan penelitian meta-analisis ini hanya difokuskan pada dua variabel saja, yaitu kesepian dan harga diri, maka kemungkinan faktor dari variabel lain tidak diteliti secara lebih lanjut.

Ketika harga diri seseorang rendah, mereka merasa kurang aman dan merasa tidak memiliki apa pun untuk dibanggakan, cenderung membandingkan diri mereka sendiri. Hal ini menyebabkan orang cenderung menghindari kontak sosial karena merasa tidak nyaman dalam situasi sosial yang berbahaya kemudian menarik diri dari lingkungannya. Apabila terus berlanjut, individu dapat merasa kesepian (Baron & Byrne, 2012; Brehm dkk., 2002; Coopersmith, 1967; Xie dkk., 2020). Myers (2013) juga mengatakan peran harga diri rendah berhubungan dengan perilaku yang kurang efektif. Orang yang memiliki harga diri rendah akan menyebabkan dirinya kurang baik dalam mengevaluasi diri, sehingga perilakunya tidak sesuai dengan keadaan atau lingkungannya, akibatnya orang tersebut rentan terhadap kesepian.

Selain itu, Branden (2007) mengatakan bahwa individu dengan harga diri tinggi cenderung mampu bersosial dengan baik sehingga rentan mengalami kesepian. Individu tersebut juga memiliki keyakinan akan kesuksesan, kebahagiaan, dan mampu memenuhi kebutuhan atau keinginannya, sehingga orang dengan harga diri tinggi biasanya jarang terkena gangguan kesehatan mental. Menurut Sulliva (dalam Morgan, 2014), harga diri penting bagi individu yang terlalu sensitif dan merasa selalu dievaluasi oleh orang lain. Harga diri digunakan untuk melindungi diri seseorang dari akibat psikologis negatif yang disebabkan orang lain. Orang yang tidak kesulitan dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain memiliki harga diri yang tinggi dan citra diri yang positif mengingatkan mereka akan kesenjangan dalam hubungan sosial mereka. Kondisi tersebut menandakan adanya hubungan interpersonal yang baik, dan ini bisa menurunkan perasaan kesepian (Morgan, 2014).

Penelitian tentang hubungan antara harga diri dengan kesepian telah dimulai oleh Russell dkk., (1980), di mana awalnya dilakukan penelitian terkait revisi skala kesepian UCLA (University of California, Los Angeles) dan ditemukan bahwa harga diri merupakan bagian dari salah satu penyebab seseorang merasa kesepian. Penelitian lain kemudian dilakukan Peplau dan Perlman (1982) terkait perspektif dari kesepian juga ditemukan bahwa harga diri merupakan bagian dari salah satu penyebab seseorang merasa kesepian.

Hasil temuan ini yang kemudian menjadi tolak ukur awal dalam studi lanjut penelitian terkait hubungan antara harga diri dengan kesepian. Kemudian, untuk penelitian pertama kali yang benar-benar mengukur hubungan harga diri dan kesepian dilakukan oleh (Joshi & Garon, 1984). Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan kesepian dengan nilai korelasi sebesar -0,49.

Hasil keseluruhan penelitian meta-analisis ini menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,61, di mana korelasi terkuat ditemukan pada sampel mahasiswa yaitu sebesar -0,76, sedangkan terendah ada pada lansia (-0,45). Artinya, meskipun dari beberapa artikel sering membahas lansia rentan kesepian karena adanya kehilangan sumberdaya, status sosial, dan relasi, namun kenyataannya mahasiswa atau remaja akhir justru lebih dominan mengalami kesepian akibat rendahnya harga diri. Paparan tersebut sekaligus menguatkan beberapa penelitian terbaru terkait kondisi di Indonesia yang menunjukkan hubungan negatif antara harga diri dengan kesepian pada tingkat mahasiswa atau remaja akhir, diantaranya seperti penelitian Yunior dan Rohmatun (2021) dengan nilai korelasi ( $r$ ) sebesar -0,62, kemudian penelitian Suryadi (2022) sebesar -0,49, serta penelitian Bachi dan Kadhim (2021) dengan nilai korelasi ( $r$ ) sebesar -0,26.

Keterbatasan dalam penelitian ini karena hanya meninjau satu variabel, maka masih terdapat faktor lain yang belum terspesifikasi sebesar (92,46%) sesuai dengan hasil Tabel 3. Selain meningkatkan harga diri, untuk mengurangi kesepian juga bisa ditinjau melalui faktor lain sesuai dengan hasil beberapa penelitian seperti dengan meningkatkan kepercayaan kemampuan yang dimiliki (Al Khatib, 2012), peningkatan dalam kecerdasan emosi (Saricam dkk., (2012), peningkatan keterampilan sosial (Baron & Byrne, 2012; Sarwono, 2012), hubungan interpersonal (Feist dkk., (2017), dan peningkatan dukungan sosial (Kuo dkk., 2021; Luo dkk., 2020; Xia & Yang, 2019; Zhao dkk., 2013).

### Simpulan

Temuan terpenting dari studi meta-analisis ini adalah adanya korelasi negatif yang signifikan antara harga diri dan kesepian setelah disesuaikan dengan pengambilan sampel dan kesalahan pengukuran. Ini berarti orang dengan harga diri yang tinggi umumnya mengalami sedikit atau bahkan tidak mengalami kesepian. Harga diri yang negatif diakui sebagai salah satu kecenderungan terkuat dibalik kesepian. Dalam penelitian ini, korelasi akurasi keseluruhan akhir adalah -0,61. Nilai korelasi terkuat ditemukan pada sampel mahasiswa (-0,76), sedangkan terendah ada pada lansia (-0,45). Pada penelitian selanjutnya perlu diperhatikan lebih lanjut terkait dengan bagaimana pengaruh dari faktor distribusi negara dan faktor variabel selain harga diri. Adapun artikel dari Indonesia kebanyakan tidak mencantumkan validitas dan reliabilitas, sehingga menjadi kendala dan keterbatasan peneliti dalam mencari sumber jurnal yang relevan.

## Daftar Pustaka

- Abd Latief, N. S., & Retnowati, E. (2018). Kesepian dan Harga Diri sebagai Prediksi dari Kecanduan Internet pada Remaja. *Jurnal Ecopsy*, 5(3), 130–137. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v5i3.5593>
- Ainunnida, K. A., & Hartini, N. (2022). Hubungan Antara Kesepian dengan Ide Bunuh Diri yang Dimoderasi oleh Depresi pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai. *Berajah Journal*, 2(3), 647–660.
- Al Khatib, S. A. (2012). Exploring the Relationship Among Loneliness, Self-Esteem, Self-Efficacy and Gender in United Arab Emirates College Students. *Europe's Journal of Psychology*, 8(1). <https://doi.org/10.5964/ejop.v8i1.301>
- Austin, B. A. (1983). Factorial Structure of the UCLA Loneliness Scale. *Psychological Reports*, 53(3), 883–889. <https://doi.org/10.2466/pr0.1983.53.3.883>
- Awalinni, A., & Harsono, Y. T. (2023). Hubungan Antara Kesepian dan Perilaku Non-suicidal Self-injury pada Mahasiswa Psikologi di Kota Malang. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 14(1), 43–59. <https://doi.org/10.26740/jppt.v14n1.p43-59>
- Azizah, A. N., & Rahayu, S. A. (2016). Hubungan Self-Esteem dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian pada Lansia. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 40–58.
- Bachi, D. M., & Kadhim, N. S. (2021). Loneliness and Self-esteem among Nursing College Students at Basra University. *Bahrain Medical Bulletin*, 43(4), 705–708.
- Bajaj, B., Robins, R. W., & Pande, N. (2016). Mediating Role of Self-Esteem on the Relationship Between Mindfulness, Anxiety, and Depression. *Personality and Individual Differences*, 96, 127–131. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.085>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2012). *Psikologi Sosial*. Erlangga.
- Branden, Nathaniel. (2007). *Kiat Jitu Meningkatkan Harga Diri*. Pustaka Delapratas.
- Brehm, S. S., Miller, R. S., Perlman, D., & Campbell, S. (2002). *Intimate Relationships*. McGraw-Hill.
- Chen, C., & Qin, J. (2020). Emotional Abuse and Adolescents' Social Anxiety: the Roles of Self-Esteem and Loneliness. *Journal of Family Violence*, 35(5), 497–507. <https://doi.org/10.1007/s10896-019-00099-3>
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. Freeman and Company.
- Creemers, D. H. M., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., Prinstein, M. J., & Wiers, R. W. (2012). Implicit and Explicit Self-Esteem as Concurrent Predictors of Suicidal Ideation, Depressive Symptoms, and Loneliness. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 43(1), 638–646. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2011.09.006>
- Dhal, A., Bhatia, S., Sharma, V., & Gupta, P. (2007). Adolescent Self-Esteem, Attachment and Loneliness. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 3(3), 61–63. <https://doi.org/10.1177/0973134220070303>
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts. (2017). *Teori Kepribadian* (8th ed.). Penerbit Salemba Humanika.
- Feldman, R. S. (2012). *Pengantar Psikologi Umum: Understanding Psychology*. Salemba Humanika.
- Gao, F., Guo, Z., Tian, Y., Si, Y., & Wang, P. (2018). Relationship Between Shyness and Generalized Pathological Internet Use Among Chinese School Students: The Serial Mediating Roles of Loneliness, Depression, and Self-Esteem. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01822>
- H. Morgan, J. (2014). The Interpersonal Psychotherapy of Harry Stack Sullivan: Remembering the Legacy. *Journal of Psychology & Psychotherapy*, 04(06). <https://doi.org/10.4172/2161-0487.1000162>
- Hardika, J., Noviekayati, I., & Saragih, S. (2019). Hubungan Self-Esteem dan Kesepian dengan Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik pada Remaja Pengguna Sosial Media Instagram. *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi)*, 14(1), 1. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v14i1.928>
- Harzing, A.-W. (2007). *Publish or Perish*. <https://harzing.com/resources/publish-or-perish>.
- Hunter, J. E., & Schmidt, F. L. (2004). *Methods of Meta-Analysis: Correcting Error and Bias in Research Findings*. Sage Publications, Inc.
- 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>
- Jang, J.-M., Park, J.-I., Oh, K.-Y., Lee, K.-H., Kim, M. S., Yoon, M.-S., Ko, S.-H., Cho, H.-C., & Chung, Y.-C. (2014). Predictors of Suicidal Ideation in A Community Sample: Roles of Anger, Self-Esteem, and Depression. *Psychiatry Research*, 216(1), 74–81. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.12.054>
- Joshi, P., & Garon, L. (1984). Self-esteem and Loneliness Among Unemployed Women. *Lechasseur, Sophie*, 54(3), 903–906.
- Kim, H. S., & Moore, M. T. (2019). Symptoms of Depression and the Discrepancy Between Implicit and Explicit Self-Esteem. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 63, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2018.12.001>

- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the Digital Age: A Critical Review and Meta-Analysis of Cyberbullying Research Among Youth. *Psychological Bulletin, 140*(4), 1073–1137. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
- Krisnadi, B., & Adhandayani, A. (2022). Kecanduan Media Sosial Pada Dewasa Awal: Apakah Dampak Dari Kesepian? . *JCA of Psychology, 3*(1), 47–55.
- Krisnawati, E., & Soetjningsih, C. H. (2017). Hubungan Antara Kesepian dengan Selfie-Liking pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi, 16*(2), 122. <https://doi.org/10.14710/jp.16.2.122-127>
- Kuo, B. C. H., Huang, S., Li, X., & Lin, D. (2021). Self-Esteem, Resilience, Social Support, and Acculturative Stress as Predictors of Loneliness in Chinese Internal Migrant Children: A Model-Testing Longitudinal Study. *The Journal of Psychology, 155*(4), 387–405. <https://doi.org/10.1080/00223980.2021.1891854>
- Lin, C.-C. (2015). Gratitude and Depression in Young Adults: The Mediating Role of Self-Esteem and Well-Being. *Personality and Individual Differences, 87*, 30–34. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.07.017>
- Luo, S., Liu, Y., & Zhang, D. (2020). Psychological Maltreatment and Loneliness in Chinese Children: the Role of Perceived Social Support and Self-Esteem. *Children and Youth Services Review, 108*, 104573. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104573>
- Ma, Z., Liang, J., Zeng, W., Jiang, S., & Liu, T. (2014). The Relationship Between Self-Esteem and Loneliness: Does Social Anxiety Matter? *International Journal of Psychological Studies, 6*(2). <https://doi.org/10.5539/ijps.v6n2p151>
- Mahon, N. E., Yarcheski, A., Yarcheski, T. J., Cannella, B. L., & Hanks, M. M. (2006). A Meta-analytic Study of Predictors for Loneliness During Adolescence. *Nursing Research, 55*(5), 308–315. <https://doi.org/10.1097/00006199-200609000-00003>
- McClelland, H., Evans, J. J., Nowland, R., Ferguson, E., & O'Connor, R. C. (2020). Loneliness as a predictor of suicidal ideation and behaviour: a systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Journal of Affective Disorders, 274*, 880–896. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.004>
- Myers, D. G. (2013). *Social Psychology* (11th ed.). McGraw Hill.
- Ouellet, R., & Joshi, P. (1986). Loneliness in Relation to Depression and Self-Esteem. *Psychological Reports, 58*(3), 821–822. <https://doi.org/10.2466/pr0.1986.58.3.821>
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspective on Loneliness. In *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy* (pp. 1–18). John Wiley and Sons.
- Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian pada Mahasiswa selama Pandemi COVID-19 (Loneliness among College Students during the COVID-19 Pandemic). *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan, 11*(3), 267–277.
- Rosenberg, M. (1979). *Components of Rosenberg's Self-Esteem Scale*. Basic Books.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology, 39*(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Sagita, D. D., & Hermawan, D. (2020). Kesepian Remaja pada Masa Pandemi COVID-19. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam), 3*(2), 122–130. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v3i2.1892>
- Santrock, J. W. (2013). *Life-Span Development* (14th ed.). The McGraw-Hill Companies.
- Saputra, M. R., Mukti, D. A. C., Angelina, R., Maharani, P. A., Yuniarti, B. D., Fitria, S., Saefullah, N. R., Nisrina, H., Aprilia, N. J., & Hidayat, R. (2024). Kerentanan Self Harm pada Remaja di Era Modernisasi. *Proceeding Conference on Psychology and Behavioral Sciences, 1*(1), 28–33. <https://doi.org/10.61994/cpbs.v1i1.8>
- Saricam, H., Gencdogan, B., & Erozkhan, A. (2012). The Examination of the Relationship between the University Students' Rejection Sensivities, Self Esteem and Loneliness Levels. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 46*, 2716–2720. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.05.553>
- Sarwono, S. W. (2012). *Pengantar Psikologi Umum*. PT Raja Grafindo Persada.
- Schwarzbach, M., Lupp, M., Forstmeier, S., König, H., & Riedel-Heller, S. G. (2014). Social Relations and Depression in Late Life—A Systematic Review. *International Journal of Geriatric Psychiatry, 29*(1), 1–21. <https://doi.org/10.1002/gps.3971>
- Siregar, M. A., & Setiasih, S. (2022). Peran Relasi Teman Sebaya terhadap Hubungan Keterbukaan Diri dan Kesepian pada Remaja. *Jurnal Ecopsy, 9*(2), 160. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.2022.10.013>
- Stephoe, A., Shankar, A., Demakakos, P., & Wardle, J. (2013). Social Isolation, Loneliness, and All-Cause Mortality in Older Men and Women. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 110*(15), 5797–5801. <https://doi.org/10.1073/pnas.1219686110>
- Suryadi, D. (2022). Hubungan antara Harga Diri dengan Kesepian pada Remaja Akhir di Jabodetabek Selama Pandemi Covid-19. . *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis, 1*(2), 169. <https://doi.org/10.24912/jmmpk.v1i2.17894>



- Tanskanen, J., & Anttila, T. (2016). A Prospective Study of Social Isolation, Loneliness, and Mortality in Finland. *American Journal of Public Health, 106*(11), 2042–2048. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2016.303431>
- Teneva, N., & Lemay, E. P. (2020). Projecting Loneliness Into the Past and Future: Implications for Self-Esteem and Affect. *Motivation and Emotion, 44*(5), 772–784. <https://doi.org/10.1007/s11031-020-09842-6>
- Tian, Y., Qin, N., Cao, S., & Gao, F. (2021). Reciprocal Associations Between Shyness, Self-Esteem, Loneliness, Depression and Internet Addiction in Chinese Adolescents. *Addiction Research & Theory, 29*(2), 98–110. <https://doi.org/10.1080/16066359.2020.1755657>
- Vanhalst, J., Luyckx, K., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., & Goossens, L. (2013). Low Self-Esteem as a Risk Factor for Loneliness in Adolescence: Perceived - but not Actual - Social Acceptance as an Underlying Mechanism. *Journal of Abnormal Child Psychology, 41*(7), 1067–1081. <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9751-y>
- Wang, P., Wang, X., Wu, Y., Xie, X., Wang, X., Zhao, F., Ouyang, M., & Lei, L. (2018). Longitudinal Association Between Low Self-Esteem and Depression in Early Adolescents: the Role of Rejection Sensitivity and Loneliness. *Personality and Individual Differences, 127*, 162–167. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.02.008>
- Xia, M., & Yang, C. (2019). The Relationship Among Social Support, Self-Esteem, Affect Balance and Loneliness in Individuals with Substance use Disorders in China. *Journal of Community Psychology, 47*(5), 1269–1281. <https://doi.org/10.1002/jcop.22190>
- Xie, X., Tang, X., Rapp, H., Tong, D., & Wang, P. (2020). Does Forgiveness Alleviate Depression After Being Phubbed for Emerging Adults? The Mediating Role of Self-Esteem. *Computers in Human Behavior, 109*, 106362. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106362>
- Yanguas, J., Henandis, S. P., & Santabalbina, F. J. T. (2019). The Complexity of Loneliness. *Acta Bio Medica, 89*(2), 302–314.
- Yaseen, B., Zia, S., Fahd, S., & Kanwal, F. (2021). Impact of Loneliness and Fear of Missing Out on Phubbing Behavior Among Millennials. *Psychology and Education Journal, 58*(4), 4096–4100.
- Yilmaz, H., Hamarta, E., Arslan, C., & Deniz, M. E. (2013). An Investigation of Loneliness, Self-Esteem and Emotional Intelligence Skills in University Students. *International Journal of Academic Research, 5*(1), 205–209. <https://doi.org/10.7813/2075-4124.2013/5-1/B.31>
- Yunior, R. S., & Rohmatun. (2021). Hubungan antara Harga Diri dengan Kesepian pada Mahasiswa Rantau di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira., 468–474.*
- Yurni, Y. (2017). Perasaan Kesepian dan Self-Esteem pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 15*(4), 123–128.
- Zhao, J., Kong, F., & Wang, Y. (2013). The Role of Social Support and Self-Esteem in the Relationship Between Shyness and Loneliness. *Personality and Individual Differences, 54*(5), 577–581. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.11.003>
- Zhou, J., Li, X., Tian, L., & Huebner, E. S. (2020). Longitudinal Association Between Low Self-Esteem and Depression in Early Adolescents: the Role of Rejection Sensitivity and Loneliness. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, 93*(1), 54–71. <https://doi.org/10.1111/papt.12207>