



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 3 Tahun 2023 Page 839-853

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Kesepian Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Di Lembaga Pemasyarakatan Ambon

Marshanda Viona Aditya Mozes<sup>1✉</sup>, Arthur Huwae<sup>2</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Email: [marshandavionaadityamozes@gmail.com](mailto:marshandavionaadityamozes@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Pada kenyataannya, menjadi remaja yang harus menjalani kehidupan selama bertahun-tahun di lembaga pemasyarakatan bukanlah hal yang mudah. Perubahan pola hidup sebelum berada di lembaga pemasyarakatan tentunya dapat menjadi tekanan tersendiri bagi mereka yang menjalaninya. Tekanan inilah yang cenderung mengakibatkan remaja menyikapi apa yang terjadi dalam kehidupannya secara negatif sehingga memunculkan perasaan-perasaan negatif dalam dirinya seperti kecemasan, stres, dan kesepian. Ketika remaja belum dapat terbebas dari perasaan negatif yang membelenggu dirinya, hal ini dapat menunjukkan bahwa remaja tersebut memiliki kesejahteraan psikologis yang tergolong rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di LAPAS Kelas II dan LPKA Kelas II Ambon. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Sebanyak 39 remaja yang berusia 12-21 tahun serta berada di LAPAS Kelas II dan LPKA Kelas II Ambon menjadi partisipan dalam penelitian ini yang diambil menggunakan teknik sampel jenuh. Pengukuran penelitian menggunakan *UCLA Loneliness Scale (Third version)* ( $\alpha = 0,817$ ) dan *Ryff Psychological Well-Being Scale* ( $\alpha = 0,922$ ). Metode analisis data penelitian menggunakan uji *correlation product moment* dari *Karl Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis ( $r = -0,269$  dan  $\text{sig.} = 0,049$  ( $p < 0,05$ )). Hal ini mengindikasikan bahwa kesepian menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan rendahnya kesejahteraan psikologis remaja di LAPAS dan LPKA Kelas II Ambon. Implikasi dari penelitian ini adalah perlu adanya tindak lanjut dari instansi untuk memperhatikan perkembangan anak/warga binaan dengan menyediakan program-program yang dapat membantu remaja membangun hubungan sosial antar sesama anak/warga binaan agar remaja terhindar dari perasaan sepi, sehingga bisa melihat diri dan lingkungannya dengan lebih positif.

Kata Kunci: *Kesepian, Kesejahteraan Psikologis, Remaja di Lembaga Pemasyarakatan*

## Abstract

In reality, being a teenager who has to live for years in a correctional institution is not an easy thing. Changes in lifestyle before being in the correctional institution can be a pressure on those who experience it. This pressure tends to cause teenagers to respond to what is happening in their lives negatively, thus causing negative feelings within themselves such as anxiety, stress, and loneliness. When teenagers are unable to free themselves from negative feelings that hold them back, this can indicate that they have low psychological well-being. This study aims to determine the relationship between loneliness and psychological well-being in teenagers at Class II Correctional Institution and Class II Juvenile Detention Center in Ambon. The method used is quantitative research with a correlational design. A total of 39 teenagers aged 12-21 years who were in Class II Correctional Institution and Class II Juvenile Detention Center in Ambon participated in this study, which was taken using the saturate sample technique. The research was measured using the UCLA Loneliness Scale (Third version) ( $\alpha = 0.817$ ) and the Ryff Psychological Well-Being Scale ( $\alpha = 0.922$ ). The data analysis method used in this research was the Karl Pearson product-moment correlation test. The results showed that there is a significant negative correlation between loneliness and psychological well-being ( $r = -0.269$  and  $\text{sig.} = 0.049$  ( $p < 0.05$ )). This indicates that loneliness is one of the factors related to the low psychological well-being of teenagers in Class II Correctional Institution and Class II Juvenile Detention Center in Ambon. The implications of this study are the need for follow-up actions from institutions to pay attention to the development of children/inmates by providing programs that can help teenagers build social relationships among fellow children/inmates so that teenagers can avoid feelings of loneliness and see themselves and their environment more positively.

Keywords: *Loneliness, Psychological Well-being, Teenagers in Correctional Institutions*

## PENDAHULUAN

Salah satu periode dalam fase kehidupan adalah masa remaja, masa ini merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu, dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan kepada perkembangan masa dewasa yang sehat (Saputro, 2018). Lebih lanjut dijelaskan oleh Saputro dalam tulisannya bahwa remaja merupakan usia bermasalah, karena menurutnya setiap periode perkembangan mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi persoalan yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ketidakmampuan untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini membuat banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka. Saputro (2018) juga mengungkapkan bahwa masa remaja merupakan peristiwa penting karena pada masa ini perkembangan fisik begitu cepat disertai dengan cepatnya perkembangan mental, terutama

pada masa awal remaja. Semua perkembangan ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental serta pembentukan sikap, nilai, dan minat baru. Hal ini menunjukkan bahwa proses pembentukan pada masa remaja perlu menjadi perhatian, karena perubahan yang drastis jika tidak dikontrol ataupun diatasi dengan baik akan mengarah pada munculnya perilaku-perilaku menyimpang hingga tindak kriminalitas.

Berdasarkan data yang didapat dari *website* Komisi Perlindungan Anak Indonesia, diketahui bahwa akumulasi data anak berhadapan dengan hukum (ABH) dari tahun 2016 hingga 2021 selalu berjumlah lebih dari 1000 kasus kriminal terjadi dengan anak sebagai pelakunya. Dilansir dari berita media KOMPAS yang diterbitkan pada bulan Maret 2022, diketahui bahwa Maluku termasuk daerah dengan risiko warga terkena kejahatan tertinggi kedua setelah Papua Barat dengan 303 kasus per 100.000 penduduk. Di Maluku terdapat lembaga yang menjadi tempat remaja menjalani masa pidana yaitu di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Ambon dan juga terdapat di Lembaga Pemasyarakatan (LAPAS) Kelas II Ambon.

Di lihat dari wawancara yang dilakukan kepada remaja yang berada di Lembaga Pemasyarakatan baik itu LAPAS maupun LPKA Ambon diketahui bahwa pada masa awal mereka berada di tahanan terdapat ketakutan-ketakutan yang mereka alami seperti takut akan dianiaya oleh narapidana yang sudah lama berada di LAPAS dan LPKA, ataupun takut dianiaya oleh petugas, tetapi seiring berjalannya waktu ketakutan-ketakutan tersebut sirna karena di lapas mereka benar-benar diawasi kesehariannya sehingga sejauh ini tidak ada permasalahan penganiayaan setelah berada di lapas baik yang diterima dari sesama narapidana ataupun petugas lapas. Banyak pula dari mereka merasa bahwa kehidupan di LAPAS dan LPKA yang ketat dan teratur membuat mereka sulit menemukan kebebasan, terutama dalam hal berinteraksi dengan orang lain. Kunjungan yang diatur dirasa kurang memfasilitasi mereka akan kebutuhannya untuk berinteraksi dengan dunia luar. Hal ini tentunya berdampak juga pada kebutuhan mereka akan interaksi dengan lingkungan sosialnya yang menjadi terhambat karena isolasi sosial yang diterima.

LAPAS Ambon memiliki warga binaan sebanyak 400an orang, tetapi bagi remaja yang berada di LAPAS Ambon tetaplah tempat yang asing meskipun telah berada lama di LAPAS Ambon, terlebih lagi bagi remaja yang menjalani masa pidana di LPKA Ambon dengan jumlah Anak Binaan 20 orang, perasaan sedih dan tidak bersemangat untuk melakukan apapun menjadi hal yang sering dirasakan oleh mereka. Perasaan ini tampak ketika peneliti melakukan wawancara, terdapat beberapa remaja yang merasa malas untuk berbicara, tidak bersemangat untuk mengikuti proses wawancara apalagi mengikuti kegiatan-kegiatan pembinaan yang diselenggarakan pihak LPKA. Bagi remaja yang berada di LAPAS maupun LPKA Ambon, malam hari merupakan puncak dari perasaan sedih, para remaja biasanya berlutut dengan pikiran

mereka sendiri yang terkadang membuat mereka merasakan sedih yang mendalam terutama saat teringat akan keluarga atau kerabat yang berada di luar LAPAS ataupun LPKA.

Tidak sebatas emosi negatif yang dirasakan, akan tetapi beberapa dari Anak Binaan juga menjadi tidak punya arah dan tujuan hidup. Ketika ditanya apa yang akan mereka lakukan ketika nanti bebas dari tahanan, mereka cenderung bingung dan pasrah dengan keadaan, hal ini tentu bisa terjadi karena mereka melewati masa remaja tidak seperti remaja pada umumnya yang bebas untuk mengeksplorasi dunia sekitar dan mencari identitas diri mereka. Ketidaknyamanan akan pembatasan untuk berinteraksi dengan orang lain terutama keluarga yang kemudian memunculkan perasaan sedih mendalam disertai berkurangnya gairah untuk melakukan apapun. Hilangnya tujuan atau harapan akan masa depan menggambarkan ketidakpuasan mereka terhadap kesejahteraan psikologis dalam aspek tujuan hidup.

Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Ryff (1989) juga menjelaskan bahwasannya ketika terlepas dari kesehatan mental yang negatif, maka individu tersebut dapat dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Hal ini menggambarkan bahwa kesejahteraan psikologis adalah realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu (Ryff, 2014). Kesejahteraan psikologis dapat terbentuk ketika individu memiliki kualitas hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menerima dirinya sendiri, memiliki tujuan hidup, dapat tumbuh secara personal, serta mampu mengendalikan lingkungan secara efektif dan menjadi pribadi yang mandiri (Ryff, 1989).

Individu dengan kesejahteraan psikologis tinggi akan memiliki kondisi emosional yang positif, merasa puas dengan hidupnya, mampu melalui pengalaman-pengalaman buruk yang dapat menghasilkan kondisi emosional negatif, selain itu individu tersebut akan mampu menentukan nasibnya sendiri tanpa bergantung dengan orang lain, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mengendalikan kondisi lingkungan sekitar, mampu mengembangkan dirinya sendiri, dan memiliki tujuan hidup yang jelas (Ryff, 2014). Hal ini terlihat dari penelitian yang dilakukan oleh Nordin dan Thalib (2009) yang membuktikan bahwa terdapat terdapat korelasi negatif antara kesepian dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa di Malaysia dengan nilai  $r$  dan  $p$  masing-masing sebesar  $-0,239$  dan  $0,000$ . Korelasi negatif artinya semakin rendah tingkat kesepian maka semakin tinggi tingkat kesejahteraan psikologis responden.

Kesepian merupakan perasaan subjektif individu dikarenakan tidak adanya keekatan hubungan, hal ini bersifat sementara yang disebabkan oleh perubahan drastis dalam kehidupan sosial, dimana individu mengalami kegagalan dalam menjalin hubungan dengan lingkungan dan gagal untuk berintegrasi secara sosial (Russell, 1996). Kesepian menurut Russel dapat

terbentuk melalui 3 (tiga) aspek yaitu *trait loneliness*, *social desirability loneliness*, dan *depression loneliness*. Lake (1986), merumuskan bahwa ada tiga tahap kesepian, yaitu: (1) keadaan yang membuat seseorang memutuskan hubungannya dengan orang lain sehingga ia akan kehilangan beberapa perasaan yaitu : disukai, dicintai, atau diperhatikan orang lain; (2) hilangnya rasa percaya diri dan *interpersonal trust*, yang terjadi ketika seseorang tidak dapat menerima dan memberikan perilaku yang menentramkan kepada orang lain; (3) menjadi apatis, yang terjadi ketika seseorang merasa bahwa tak seorangpun peduli sedikitpun tentang apa yang sedang dialaminya, dimana seringkali kondisi ini menimbulkan keinginan untuk mengakhiri hidup atau bunuh diri.

Kesepian sendiri memiliki kaitan dengan kesejahteraan psikologis. Doman dan Le Roux (2012) menemukan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan di antara kesepian dan juga kesejahteraan psikologis, dalam penelitiannya ditemukan bahwa siswa dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang rendah cenderung mengalami tingkat kesepian yang lebih tinggi, dan sebaliknya, namun tidak ada kausalitas pasti yang dapat ditentukan dalam hal ini. Hal ini berarti bahwa belum dapat diketahui pasti apakah kesepian mempengaruhi kesejahteraan psikologis ataukah kesejahteraan psikologis yang mempengaruhi kesepian itu. Menjawab ketidakpastian ini, pada tahun-tahun setelahnya sudah ada beberapa penelitian yang membahas terkait hubungan kesepian dan juga kesejahteraan psikologis seperti penelitian yang dilakukan oleh Bhagchandani (2017) dalam karya tulisnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kesepian dan kesejahteraan psikologis yang menyatakan bahwa, semakin tinggi kesepian, semakin rendah kesejahteraan psikologis. Sejalan dengan hasil tersebut, Ishaq dkk. (2018) juga melakukan penelitian terhadap mahasiswa yang tinggal di asrama dan berdasarkan hasil pengujian terlihat bahwa kesepian memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kesejahteraan psikologis, menurutnya ketika seseorang menghindari dalam menjalin hubungan, orang tersebut dapat merasa kesepian yang selanjutnya akan mempengaruhi kondisi kesejahteraan psikologisnya. Sedikit berbeda dari penelitian sebelumnya, Cahyadi (2019) dalam penelitiannya yang menggunakan 20 mahasiswa internasional program Darmasiswa di Universitas Negeri Yogyakarta mendapatkan hasil bahwa kesepian memang memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis namun tidak signifikan, karena kesepian memang memiliki hubungan negatif dengan beberapa dimensi dalam kesejahteraan psikologis, namun angka korelasinya minimal sehingga tidak dapat dikatakan bahwa kesepian berhubungan secara signifikan dengan kesejahteraan psikologis.

Meskipun sudah terdapat penelitian sebelumnya yang membahas terkait kesepian dan kesejahteraan psikologis, tapi peneliti merasa hal ini perlu untuk dikaji kembali, karena terdapat hasil penelitian yang berbeda di antara satu peneliti dengan peneliti yang lain. Selain itu konteks

pada penelitian ini menjadi hal yang khusus dan berbeda dari penelitian sebelumnya. Remaja di lembaga pembinaan masyarakat tentunya memiliki fenomena khusus karena mereka tidak dapat menjalani kehidupan seperti remaja pada umumnya dan hal ini bisa saja menurunkan kesejahteraan psikologis mereka. Berdasarkan hal inilah, maka peneliti memutuskan untuk mengkaji kembali terkait dengan hubungan antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di Lembaga Pemasarakatan Ambon. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di Lembaga Pemasarakatan Ambon. Semakin tinggi kesepian remaja di Lembaga Pemasarakatan Ambon, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis mereka. Sebaliknya, semakin rendah kesepian remaja di Lembaga Pemasarakatan Ambon, maka kesejahteraan psikologis mereka akan semakin tinggi.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasional, untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di Lembaga Pemasarakatan Ambon.

### Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja yang berada di Lembaga Pemasarakatan Ambon dengan rentang usia 12-21 tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *sampling* jenuh. Sampel pada penelitian ini sebanyak 39 remaja, dengan rincian 20 remaja yang berada di LPKA Kelas II Ambon dan 19 remaja yang berdasarkan kategori usia masih termasuk remaja dan berada di LAPAS Kelas II Ambon. Data partisipan penelitian disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Demografi Partisipan

Karakteristik Partisipan	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	39	100%
Perempuan	0	0%
Total	39	100%
Usia		
14 Tahun	2	5%
15 Tahun	3	8%

16 Tahun	5	13%
17 Tahun	8	20%
18 Tahun	6	15%
19 Tahun	7	18%
20 Tahun	8	21%
Total	39	100%
Lamanya di LAPAS dan LPKA		
< 1 Tahun	20	51,3%
1 Tahun	8	20,5%
2 Tahun	8	20,5%
3 Tahun	3	7,7%
> 3 Tahun	0	0%
Total	39	100%
Jenis Kejahatan yang Dilakukan		
Narkoba	7	18%
Pencurian	1	2%
Perlindungan Anak	23	59%
Pembunuhan	5	13%
Penganiayaan	3	8%
Total	39	100%

#### Metode Pengumpulan Data

Skala yang digunakan untuk mengukur kesepian remaja di LAPAS dan LPKA Ambon adalah *UCLA Loneliness Scale* yang dikembangkan oleh Russell (1996). Skala ini terdiri dari 20 item yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan divalidasi oleh *expert judgement*. Skala ini menggunakan model Likert dengan 4 alternatif jawaban: Sangat Sering (SS), Sering (S), Jarang (J), Tidak Pernah (TP). Uji daya diskriminasi item skala kesepian diperoleh seluruh item lolos. Nilai korelasi total item berkisar antara 0,344-0,457, dan *Alpha Cronbach* sebesar 0,817.

Skala yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan psikologis remaja di LAPAS dan LPKA adalah *Psychological Well-Being Scale* yang diadaptasi dari skala yang dikemukakan oleh Ryff (1989) oleh Alias et al. (2020). Skala ini terdiri dari 42 item yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dan divalidasi oleh *expert judgement*. Skala ini juga menggunakan model Likert dengan 4 alternatif jawaban: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Uji daya diskriminasi item skala kesejahteraan psikologis diperoleh

seluruh item lolos. Nilai korelasi total item berkisar antara 0,363-0,666, dan *Alpha Cronbach* sebesar 0,922.

Teknik analisis data yang digunakan adalah *Pearson Correlation* untuk menemukan hubungan antara kesepian dan kesejahteraan psikologis pada remaja di Lembaga Pemasarakatan Ambon. Perhitungan data dilakukan dengan menggunakan program *IBM SPSS versi 23.0 for windows*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Uji Dekriptif Statistik Variabel Penelitian

Tabel 2. Kategorisasi Kesepian

Interval	Kategori	N	Presentase
$60 \leq x \leq 80$	Tinggi	22	56%
$52 \leq x \leq 66$	Sedang	15	39%
$37 \leq x \leq 51$	Rendah	2	5%
Jumlah		39	100%
Min = 37; Max = 80; Mean = 68,05; SD = 10,288			

Berdasarkan data analisis deskriptif variabel kesepian pada Tabel 2, terdapat 22 partisipan yang mempunyai skor kesepian yang berada pada kategori tinggi dengan persentase 56%, 15 partisipan mempunyai skor kesepian yang berada pada kategori sedang dengan persentase 39%, dan 2 partisipan mempunyai skor kesepian yang berada pada kategori rendah dengan persentase 5%. Skor yang diperoleh partisipan bergerak dari skor minimum 37 sampai dengan skor maksimum 80, dengan nilai standar deviasi 10,288. Berdasarkan skor rata-rata sebesar 68,05, maka sebagian besar partisipan mempunyai tingkat kesepian yang berada pada kategori tinggi.

Tabel 3. Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Interval	Kategori	N	Persentase
$126 \leq x \leq 157$	Tinggi	12	31%
$95 \leq x \leq 125$	Sedang	12	31%
$62 \leq x \leq 94$	Rendah	15	38%

Jumlah	39	100%
Min = 62; Max = 157; Mean = 105,87; SD = 26,921		

Berdasarkan data analisis deskriptif variabel kesejahteraan psikologis pada Tabel 3, terdapat 12 partisipan yang mempunyai skor kesejahteraan psikologis yang berada pada kategori tinggi dengan persentase 31%, 12 partisipan mempunyai skor kesejahteraan psikologis yang berada pada kategori sedang dengan persentase 31% dan 15 partisipan mempunyai skor kesejahteraan psikologis yang berada pada kategori rendah dengan persentase 38%. Skor yang diperoleh partisipan bergerak dari skor minimum 62 sampai dengan skor maksimum 157, dengan nilai standar deviasi 26,921. Berdasarkan skor rata-rata sebesar 105,87, maka sebagian besar partisipan mempunyai tingkat kesejahteraan psikologis yang berada pada kategori rendah.

## Hasil Uji Asumsi

### *Uji Normalitas*

Tabel 4. *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

		Kesepia n	Kesejahteraan Psikologis
<i>N</i>		39	39
<i>Normal Parameters<sup>a</sup></i>	<i>Mean</i>	68,05	105,85
	<i>Std. Deviation</i>	10,288	26,898
	<i>Most Extreme Differences</i>		
	<i>Absolute</i>	0,123	0,139
	<i>Positive</i>	0,123	0,139
	<i>Negative</i>	-0,115	-0,103
<i>Kolmogorov-Smirnov Z</i>		0,766	0,869
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		0,600	0,436

Berdasarkan hasil pengujian yang telah dilakukan pada Tabel 4, variabel kesepian mempunyai nilai K-S-Z sebesar 0,766 dengan *probabilitas* (p) atau signifikansi sebesar 0,600 ( $p > 0,05$ ), maka variabel kesepian berdistribusi normal. Pada variabel kesejahteraan psikologis mempunyai nilai K-S-Z sebesar 0,869 dengan *probabilitas* (p) atau signifikansi sebesar 0,436, yang menunjukkan variabel kesejahteraan psikologis juga berdistribusi normal.

### *Uji Linieritas*

Tabel 5. ANOVA Table

		<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
Kesejahteraan Psikologis * Kesepian	<i>Between Groups</i>	13850,69	2	728,984	1,012	0,490
	<i>Linearity</i>	1989,556	1	1989,556	2,761	0,113
	<i>Deviation from Linearity</i>	11861,136	18	658,952	0,915	0,573
	<i>Within Groups</i>	13689,66	19	720,509		
	<i>Total</i>	27540,35	38			
			9			

Dari hasil uji linieritas pada Tabel 5, diperoleh nilai  $F_{\text{beda}}$  sebesar 0,915 dengan sig = 0,573 ( $p > 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa hubungan antara kesepian dan kesejahteraan psikologis remaja di Lembaga Pemasarakatan Ambon adalah linier.

#### Hasil Uji Hipotesis

Tabel 6. Correlation Karl Pearson

		Kesepian	Kesejahteraan Psikologis
Kesepian	<i>Pearson Correlation</i>	1	-0,269*
	<i>Sig. (1-tailed)</i>		0,049
	<i>N</i>	39	39
Kesejahteraan Psikologis	<i>Pearson Correlation</i>	-0,269*	1
	<i>Sig. (1-tailed)</i>	0,049	
	<i>N</i>	39	39

Berdasarkan hasil perhitungan uji korelasi pada Tabel 6, diperoleh nilai *Pearson correlation* sebesar -0,269 dengan sig. = 0,049 ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel kesepian dengan variabel kesejahteraan psikologis pada remaja di

Lembaga Pemasyarakatan Ambon. Variabel kesepian memberikan sumbangsi sebesar 7,2% terhadap variabel kesejahteraan psikologis ( $r^2$ ).

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis diterima, dimana kesepian memiliki hubungan negatif dengan kesejahteraan psikologis. Hasil ini sejalan dengan temuan Bangchandi (2017) dalam hasil penelitiannya menyatakan bahwa kesepian berhubungan negatif dengan kesejahteraan psikologis, dimana semakin tinggi kesepian individu, maka semakin rendah kesejahteraan psikologisnya. Hal ini berarti kesejahteraan psikologis seseorang dapat menurun ketika individu tersebut merasakan kesepian.

Kesejahteraan psikologis dapat diartikan sebagai kebutuhan untuk merasa baik secara psikologis (Aulia dkk., 2021). Berdasarkan hasil analisis deskriptif diketahui bahwa kesejahteraan psikologis yang dimiliki remaja LAPAS dan LPKA Ambon berada pada kategori rendah dengan presentase 38%, yang berarti bahwa remaja di LAPAS dan LPKA belum dapat memenuhi kebutuhannya untuk merasa baik secara psikologis. Hal ini sejalan dengan pendapat Widjayanto dan Subroto (2022) yang dalam karya tulisnya menyatakan bahwa ketika menjalani masa pidana di lembaga pemasyarakatan, anak / warga binaan menghadapi berbagai kesulitan dan permasalahan atas perubahan pola hidupnya baik dalam hal hilangnya kebebasan bergerak, hilangnya hak-hak tertentu yang seharusnya didapatkan di luar lembaga pemasyarakatan, dan berbagai peristiwa lainnya dapat memberikan tekanan psikis pada anak/warga binaan, sehingga menyebabkan kesejahteraan psikologisnya menjadi rendah. Lebih lanjut dijelaskan juga oleh Widjayanto dan Subroto (2022) bahwa ketidakberdayaan diri selama menjalankan hukuman dapat menghambat mereka mengusahakan diri menjadi pribadi yang lebih baik.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu kesepian. Rendahnya kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini turut dimoderasi oleh perasaan sepi yang dirasakan oleh remaja di LAPAS maupun LPKA Ambon. Kesepian yang dimiliki oleh partisipan berada pada kategori tinggi dengan presentase 56%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja yang menjalani masa pidana di LAPAS dan LPKA Ambon merasakan kesepian yang pada akhirnya dapat memunculkan kondisi kesehatan yang buruk seperti munculnya depresi, kecemasan dan stres (Beutel dkk., 2017). Ketika remaja memiliki kondisi kesehatan yang buruk, hal ini mengindikasikan bahwa remaja tersebut tidak berada dalam kondisi kesejahteraan psikologis yang baik. Sejalan dengan hal ini, Ishaq dkk. (2018) mengatakan bahwa kesepian berperan secara signifikan terhadap tingkat kesejahteraan psikologis. Kesepian juga memiliki beberapa aspek yakni *trait*, *sociall desirability loneliness*, dan *depression loneliness*.

Aspek yang pertama yaitu *trait*, pada aspek ini partisipan yang merupakan remaja di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II Ambon dan Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Ambon mengalami kesepian dikarenakan kepribadian mereka yang kurang percaya dengan orang yang berada dengan mereka di LAPAS ataupun LPKA, sehingga muncul sikap menarik diri dari lingkungan sosial. Selaras dengan hasil penelitian ini Fan, et al. (2021) dalam karya tulisnya menunjukkan bahwa individu yang memiliki ciri kepribadian takut terhadap orang asing dapat berisiko mengalami kesepian dan kesejahteraan psikologis yang lebih rendah, dalam studi ini, Fan, et al. (2021) menemukan bahwa kesepian dapat menjadi mediasi antara *trait* dan kesejahteraan psikologis.

Aspek yang kedua yaitu *social desirability loneliness*. Individu yang mengalami *social desirability loneliness* cenderung merasa tidak terhubung dengan orang lain dan tidak mendapatkan dukungan sosial seperti yang diharapkan dapat menyebabkan peningkatan stres dan gejala depresi, serta menurunkan kesejahteraan psikologis secara umum (Ma, et al., 2021). Berdasarkan hasil penelitian, partisipan tidak mendapatkan kehidupan sosial seperti yang diinginkan pada kehidupan di lingkungannya. Hal ini karena muncul perasaan tidak memiliki tempat untuk berkeluh kesah, dan tidak ada yang dapat memahami mereka.

Aspek yang terakhir yaitu *depression loneliness*. Individu yang mengalami *depression loneliness* cenderung merasa terisolasi, terasing, dan tidak diinginkan, sehingga dapat mengalami perasaan sedih, putus asa, dan tidak berharga. Hal ini dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu tersebut (Liao, Y, et al., 2016). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian bahwa partisipan dalam penelitian ini menunjukkan perasaan tidak berdaya dan merasa telah gagal dalam menjalani hidupnya, mereka merasa terisolasi dan tidak dapat bersosialisasi.

Merasakan kesepian dalam menjalani kehidupan dapat membuat individu menyikapi segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya secara negatif dan menganggap lingkungannya sebagai penyebab masalah, sehingga remaja kemudian melakukan pembatasan hubungan dengan lingkungan sekitarnya (Sagita & Hermawan, 2020). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwasannya ketika remaja tidak dapat menjalin hubungan sosial yang baik dengan orang lain, kemudian gagal untuk melihat dirinya dalam aspek positif dapat menjadi penyebab rendahnya kesejahteraan psikologis remaja tersebut. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kesepian yang dirasakan oleh remaja yang berada di LAPAS dan LPKA, maka semakin rendah kesejahteraan psikologis yang dimiliki.

Penelitian ini memiliki keterbatasan berkaitan dengan jumlah partisipan yang terbilang sedikit, hal ini mengakibatkan peneliti tidak bisa melihat secara menyeluruh hubungan antara kesepian dan kesejahteraan psikologis pada remaja di lembaga pemasyarakatan lainnya.

Kemudian dalam penelitian peneliti sulit menentukan seberapa efektif sumbangan efektif yang diberikan kesepian terhadap kesejahteraan psikologis karena berdasarkan hasil penelitian, terlihat bahwa kesepian hanya 7,2%, hal ini berarti sebanyak 92,8% dipengaruhi oleh variabel lain.

## SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah, adanya hubungan negatif antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis remaja di LAPAS Kelas II dan LPKA Kelas II Ambon . Kesepian remaja di LAPAS Kelas II dan LPKA Kelas II Ambon berada pada kategori tinggi dan kesejahteraan psikologisnya berada pada kategori sedang. Kesepian memberikan sumbangsi sebesar 7,2% terhadap kesejahteraan psikologis remaja di LAPAS Kelas II dan LPKA Kelas II Ambon. Hal ini mengindikasikan bahwa kesepian menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan naik turunnya kesejahteraan psikologis remaja di di LAPAS Kelas II dan LPKA Kelas II Ambon.

Saran dari penelitian ini antara lain, bagi remaja di di LAPAS Kelas II dan LPKA Kelas II Ambon diharapkan dapat menerima kondisi dan keadaan dirinya, serta mengambil hikmah positif untuk segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupannya, sehingga dapat merespon apapun yang dilalui selama masa-masa di tahanan dengan lebih positif serta dapat membantu mengembangkan dirinya menjadi pribadi yang lebih sehat secara fisik maupun psikis yang pada akhirnya berujung pada kondisi kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Kemudian, bagi pihak LAPAS Kelas II dan LPKA Kelas II Ambon diharapkan dapat membuat program pembinaan yang bertujuan untuk meningkatkan hubungan sosial antar anak/warga binaan, sehingga mereka bisa terhindar dari perasaan kesepian.

Kemudian, bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian terkait dengan kesepian dan kesejahteraan psikologis khususnya pada remaja yang berada di lembaga masyarakat, diharapkan dapat memperbesar sampel penelitian agar dapat menjadi representatif dari populasi yang ada. Disarankan juga bagi penelitian selanjutnya untuk dapat menambahkan variabel lain seperti dukungan sosial atau resiliensi dan menjadikan variabel kesepian sebagai prediktor untuk melihat pengaruh dan sumbangsih efektifnya terhadap variabel kesejahteraan psikologis.

## DAFTAR PUSTAKA

Alias, N. S., Hashimah, I., Hashim, M., & Yahaya, M. H. (2020). Psychometric Properties Of The 42-Item Version Of Ryff'Ss Psychological Well-Being Scale Among Working Women In Malaysia. *Journal of Human Development and Communication*, 9(1), 23-28.

- Aulia, M. F., Wahyu, A. M., Anugrah, P. G., Chusniyah, T., & Hakim, G. R. U. (2021). Tujuan Hidup sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologi pada Generasi Z. *In Seminar Nasional Psikologi UM*,1(1),413-423.
- Beutel, M. E., et al. (2017). Loneliness In The General Population: Prevalence, Determinants And Relations To Mental Health. *BMC psychiatry*, 17(1), 1-7.
- Bhagchandani, R. K. (2017). Effect of Loneliness on the psychological well-being of college students. *International Journal of Social Science and Humanity*, 7(1), 60.
- Cahyadi, M. D. (2019). Loneliness and psychological wellbeing on international students of the darmasiswa program at Universitas Negeri Yogyakarta. *Psychological Research and Intervention*, 2(2), 43-54.
- Doman, L. C., & Le Roux, A. (2012). The relationship between loneliness and psychological well-being among third-year students: A cross-cultural investigation. *International Journal of Culture and Mental Health*, 5(3), 153-168.
- Fan, Y., Zeng, L., & Liu, J. (2021). Trait predictors of loneliness and well-being: The mediating role of loneliness. *Personality and Individual Differences*, 1(1),1-12.
- Ishaq, G., Malik, N. I., & Asif, M. (2018). Relationship of loneliness and psychological well-being among university hostels students: Moderating role of self-esteem. *Journal of Research in Social Sciences*, 6(2), 242-255.
- Lake, T. (1986). *Kesepian*. Jakarta: Arcan.
- Liao, Y., Yang, L., Wang, L., & Zhang, L. (2016). Loneliness and Psychological Well-being of Chinese College Students: Mediation Effect of Self-esteem and Social Support. *Depression Research and Treatment*, 1(1), 1-7.
- Ma, L., Li, H., Huang, Y., Li, Y., & Wang, L. (2021). Social desirability, perceived stress, and depression among Chinese nursing students during the COVID-19 pandemic. *BMC Psychology*, 9(1), 1-8.
- Nordin, N. M., & Talib, M. A. (2009). Kesunyian dan kesejahteraan psikologi di kalangan pelajar universiti di Malaysia (Loneliness and psychological well-being among university students in Malaysia). *Jurnal Psikologi Malaysia*, 23.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of personality assessment*, 66(1), 20-40.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28.

- Sagita, D. D., & Hermawan, D. (2020). Kesenian remaja pada masa pandemi COVID-19. *ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 122-130.
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17(1), 25-32.
- Widjayanto, W., & Subroto, M. (2021). Regulasi Dalam Pembinaan Terhadap Narapidana Di Negara Hukum Dan Implementasi Pembinaan Narapidana Seumur Hidup Menuju Kesejahteraan Psikologi Studi Kasus Di Lembaga Pemasyarakatan. *Jurnal Ilmiah Muqoddimah: Jurnal Ilmu Sosial, Politik, dan Humaniora*, 6(1), 195-204.
- Kompas.com. (2022, 14 Maret). 10 Daerah dengan Jumlah Kejahatan Tertinggi di Indonesia. Diakses pada 15 Juli 2022, dari <https://www.kompas.com/tren/read/2022/03/14/090000165/10-daerah-dengan-jumlah-kejahatan-tertinggi-di-indonesia?page=all>
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia. (n.d.). Data Kasus Pengaduan Anak 2016-2020. Diakses pada 15 Juli 2022, dari <https://bankdata.kpai.go.id/tabulasi-data/data-kasus-pengaduan-anak-2016-2020>