J-CEKI : Jurnal Cendekia Ilmiah
Vol.4, No.1, Desember 2024

Hubungan Kesepian dengan *Parasocial Relationship* pada Dewasa Awal di Jabodetabek

Nabila Putri Harbowo[1], Roswiyani[2]
[1,2]Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara
E-mail: nabila.705210106@stu.untar.ac.id[1], roswiyani@fpsi.untar.ac.id[2]

Article History:
Received: 21 November 2024
Revised: 04 Desember 2024
Accepted: 07 Desember 2024

Keywords: *Kesepian, Hubungan Parasosial, Selebritas, Dewasa Awal.*

Abstract: *Masa dewasa awal merupakan fase transisi antara masa remaja dan dewasa yang terjadi pada usia 18 hingga 25 tahun, di mana individu menghadapi berbagai tantangan hidup seperti adaptasi terhadap lingkungan baru, pengelolaan keuangan, pembinaan hubungan intim, serta perkembangan karier. Ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan ini dapat menimbulkan masalah kesehatan mental, salah satunya adalah kesepian. Salah satu strategi untuk mengurangi kesepian adalah melalui hubungan parasosial, yaitu hubungan satu arah di mana individu merasakan ikatan emosional dengan selebritas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dan hubungan parasosial pada dewasa awal. Subjek penelitian adalah dewasa awal berusia 18 hingga 25 tahun, berdomisili di Jabodetabek, menggemari selebritas, berstatus mahasiswa atau bekerja. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis studi korelasi dan teknik purposive sampling. Data diperoleh secara online melalui Google Form, menggunakan UCLA Loneliness Scale Version 3 (UCLA-LS3) untuk mengukur kesepian dan Celebrity Attitude Scale (CAS) untuk mengukur hubungan parasosial. Berdasarkan hasil analisis terhadap 437 partisipan, mayoritas berusia 21 tahun dan berstatus mahasiswa, ditemukan bahwa 57% partisipan mengalami kesepian dalam kategori sedang dan 73,2% memiliki hubungan parasosial dalam kategori sedang. Uji korelasi menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kesepian dan intensitas hubungan parasosial (r = 0,23, p = 0,000 < 0,05), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian, semakin intens hubungan parasosial yang terbentuk.*

PENDAHULUAN

Individu yang sedang menjalani masa peralihan dari remaja menuju dewasa menghadapi

beragam tantangan. Menurut Arnett (2000), fase transisi ini berlangsung pada rentang usia 18 hingga 25 tahun. Pada tahap ini, individu dewasa awal dituntut untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan, baik dalam pekerjaan maupun pendidikan, mulai hidup mandiri, mengelola keuangan sendiri, membangun hubungan intim (Kaligis et al., 2021). Mereka juga harus beradaptasi dengan peran dan tanggung jawab baru sebagai orang dewasa, membuat keputusan, dan mengembangkan karier (Zulfikar, 2022). Ketidakmampuan individu dewasa awal dalam menyesuaikan diri terhadap perubahan hidup dapat memicu masalah kesehatan mental, salah satunya adalah perasaan kesepian. Perlman dan Peplau (1981) mendefinisikan kesepian sebagai pengalaman yang tidak menyenangkan akibat kekurangan hubungan sosial. Kesepian juga dipahami sebagai perasaan isolasi yang terus berlanjut. Kondisi ini dapat membuat seseorang menarik diri dari aktivitas sosial, sebagian karena keterbatasan keterampilan komunikasi yang bisa membantu mengurangi kesepian, sehingga mereka beralih ke media sebagai upaya meredakan perasaan tersebut (Perse & Rubin, 1990, dalam Ashe & McCutcheon, 2001).

Sembilan puluh persen orang yang mengalami transisi dari remaja ke dewasa mengalami rasa kesepian yang lebih besar (Kaligis et al., 2021). Hasil penelitian Rinaldi (2021) tentang kesepian di Indonesia dengan 236 partisipan menunjukkan bahwa 66,95% siswa menunjukkan kesepian ringan dan 19,91% menunjukkan kesepian sedang. Sebaliknya, 44% orang di Jabodetabek (Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi) mengalami kesepian sedang, dan 6% mengalami kesepian berat. Selain itu, 51% orang muda di bawah 40 tahun di Jabodetabek mengalami kesepian sedang, dengan risiko mengalami kesepian berat dua kali lipat. Hasil tersebut diperoleh dari 1.229 orang yang mengikuti survei online yang dilakukan oleh *Health Collaborative Center* (HCC) (Sagita, 2023). Beberapa hal yang dapat menyebabkan orang dewasa muda merasa kesepian termasuk merasa tidak cocok dengan orang lain, sering merasa malu dan kurang percaya diri, merasa tidak dekat dengan orang lain, dan merasa hobi dan pandangan mereka berbeda dengan orang lain, yang menunjukkan kurangnya hubungan sosial (Sagita, 2023). Tidak hanya kurangnya hubungan sosial, tetapi juga pendapat bahwa hubungan itu tidak memberikan kepuasan yang cukup.

Melakukan hubungan parasosial adalah cara lain untuk mengisi kekosongan hubungan sosial. Ini dilakukan atas dasar keinginan untuk memenuhi dan memuaskan hubungan sosial dan emosional. Hubungan parasosial didefinisikan oleh Horton dan Wohl (1956) sebagai hubungan satu sisi atau sepihak dan tidak mengutamakan pertumbuhan bersama kedua belah pihak. Forster (2024) mengatakan bahwa ide tentang parasosial sudah ada sejak lama, tetapi istilah ilmiah untuk menggambarkan pengalaman ini baru-baru ini menjadi populer. Salah satu faktor yang memengaruhi perilaku parasosial adalah kesepian (Hoffner, 2009, dalam Firdausa & Shanti, 2019). Salah satu finalis *Oxford Word of the Year* tahun 2023 adalah kata *parasocial* atau parasosial ("Eight Words Go Head-to-Head for Oxford Word of the Year 2023," 2023).

Membuat konten layaknya pasangan romantis (dari perspektif seolah mengenal selebritas), membuat konten, mengedit foto seolah mereka sedang bersama atau bahkan berkencan dengan mereka, membuat desain grafis yang mengucapkan selamat kepada selebritas untuk peristiwa tertentu, seperti ulang tahun, atau membuat konten edit diri sendiri dengan selebritas adalah beberapa contoh yang dilakukan dalam hubungan parasosial (Perdana, 2023). 75% orang dari total 108 partisipan yang mengikuti survei memiliki hubungan parasosial dengan selebritas (Setiawan et al., 2022). Ini menunjukkan intensitas hubungan parasosial yang signifikan dengan selebritas, bahkan responden mengatakan kepada peneliti bahwa mereka percaya bahwa selebritas favorit mereka mengetahui perasaan mereka. Penggemar yang memiliki hubungan parasosial lebih banyak menonton, mencari informasi, atau berpikir tentang selebritas

setiap hari (Nabilla & Prakoso, 2019). Menurut Bond (2022) hubungan parasosial menyebabkan perasaan keterlibatan interpersonal dengan selebritas. Penggemar membuat hubungan dengan selebritas seolah-olah mereka memiliki hubungan pribadi meskipun mereka tidak berbicara dengan mereka secara langsung. Penggemar merasa lebih dihargai dan dianggap ketika mereka menjadi dekat dengan idolanya. Hubungan parasosial menciptakan ilusi yang sama dengan interaksi dan hubungan tatap muka, menurut mereka dalam wawancara mereka dengan Firman Kurniawan, seorang pakar digital komunikasi dari Universitas Indonesia di tahun 2022 ("Analisis 'parasocial interaction' Di Balik Militansi Fans K-Pop Bela Idola," 2022). Dalam artikel Suara, Indriani (2022) menjelaskan bahwa hubungan parasosial adalah salah satu faktor yang menyebabkan fenomena penggemar menyerbu idola mereka di bandara pada Mei 2022 yang lalu.

Studi tentang kesepian dan hubungan parasosial belum banyak dilakukan. Salah satunya, Ashe dan McCutcheon (2001) melihat bagaimana kesepian dan hubungan parasosial berkorelasi. Alat ukur *Celebrity Attitude Scale* (CAS) dan UCLA *Loneliness Scale* digunakan dalam penelitian yang dilakukan di Orlando pada 150 mahasiswa. Studi menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kesepian dan hubungan parasosial. Beberapa orang menjalin hubungan parasosial dengan selebritas untuk menghindari kesepian atau malu. Namun, tampaknya ada korelasi dengan hasil yang lemah.

Selanjutnya, Wang et al. (2008) melakukan penelitian kuantitatif dengan variabel hubungan parasosial dan kesepian pada 154 siswa berusia 18 hingga 27 tahun. *Scale of Social and Emotional Loneliness* milik Cramer et al. (2000, dalam Wang et al., 2008) dan UCLA *Loneliness Scale Version* 3 adalah dua alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesepian. *Scale of Parasocial Interaction* milik Rubin dan Perse (1987, dalam Wang et al., 2008) juga digunakan. Hasilnya adalah kesepian memiliki hubungan negatif dengan hubungan parasosial.

Nabilla dan Prakoso (2019) meneliti mengenai pengaruh kesepian pada hubungan parasosial dengan sampel anggota *fansclub* Wannable di Bandung sebanyak 83 responden berusia 18 hingga 25 tahun. *Loneliness Questionnaire*, yang didasarkan pada teori milik Weiss (1973, dalam Nabilla & Prakoso, 2019), dan *Parasocial Relationship Scale* milik Tukachinsky (2011, dalam Nabilla & Prakoso, 2019), adalah dua alat ukur yang digunakan. Rasa kesepian memengaruhi 51,4% hubungan parasosial. Dengan kata lain, tingkat hubungan parasosial dipengaruhi secara signifikan oleh seseorang yang merasa kesepian.

Andriani et al. (2023) meneliti variabel hubungan parasosial dan kesepian. Subjek penelitian adalah 91 mahasiswa psikologi baru di Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa berusia 18 hingga 21 tahun. *Parasocial Relationship Behavior Scale* dan *Loneliness Attitude Scale* adalah dua skala yang digunakan. Nilai koefisien korelasi yang dihasilkan adalah 0,328, dengan koefisien determinasi sebesar 10,7%. Hubungan kesepian dan parasosial berkorelasi satu sama lain dan memiliki hubungan yang signifikan dan positif. Semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi pula hubungan parasosialnya. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kesepian maka semakin rendah pula hubungan parasosialnya.

Studi Firdausa dan Shanti (2019) mengenai hubungan parasosial dan kesepian yang melibatkan 58 perempuan dewasa dari usia 25 hingga 30 tahun yang merupakan anggota *fansclub* Prillvers di Semarang menemukan hal yang sama. Dalam penelitian ini, skala kesepian dan skala interaksi sosial milik Stever (2011, dalam Firdausa & Shanti, 2019) digunakan. Hasil perhitungan menunjukkan nilai korelasi 0,447. Hasilnya menunjukkan bahwa kesepian memiliki korelasi yang positif dengan hubungan parasosial. Tingkat kesepian yang lebih tinggi dikaitkan dengan kecenderungan yang lebih besar untuk melakukan hubungan parasosial, dan sebaliknya, tingkat kesepian yang lebih rendah dikaitkan dengan kecenderungan yang lebih rendah untuk melakukan

hubungan parasosial.

Studi yang dilakukan oleh Trinidya dan Cahyono (2024) meneliti hubungan antara kesepian dan parasosial pemain *game Genshin Impact*. Penelitian ini melibatkan 252 orang partisipan. UCLA *Loneliness Scale Version* 3 dan *Multiple Parasocial Relationship Scale* (MPR-S) digunakan. Hasil analisis menunjukkan bahwa pemain *game Genshin Impact* tidak memerlukan kompensasi atas kebutuhan sosial dan tidak ada korelasi yang signifikan antara kesepian dan hubungan parasosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Noffiyanti et al. (2023) meneliti mengenai hubungan antara kesepian dan hubungan parasosial di kalangan remaja. Sebanyak 48 responden, berusia 18 hingga 21 tahun, adalah penggemar K-Pop dari komunitas EXO-L Lampung. Dalam penelitian ini, UCLA *Loneliness Scale Version* 3 dan *Celebrity Attitude Scale* digunakan untuk mengukur kesepian dan hubungan parasosial. Hasilnya menunjukkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara kesepian dengan hubungan parasosial pada remaja penggemar K-Pop di komunitas EXO-L Lampung.

Melihat perbedaan hasil akhir yang tidak konsisten dari penelitian terdahulu, terdapat urgensi untuk mengonfirmasi penelitian mengenai rasa kesepian dan hubungan parasosial pada dewasa awal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat rasa kesepian seseorang dan hubungan parasosial pada individu dewasa awal.

METODE PENELITIAN

Partisipan

Penelitian ini membutuhkan partisipan berusia 18 hingga 25 tahun yang menyukai setidaknya satu selebritas dan memiliki pendidikan minimal SMA. Mereka juga harus mahasiswa atau bekerja dan tinggal di wilayah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi. Hal-hal yang berkaitan dengan suku, agama, ras, dan etnis tidak dibatasi. Total partisipan berjumlah 437 orang.,dengan 400 orang (91,5%) dari subjek adalah perempuan, dan 37 orang (8,5%) adalah laki-laki dan *mean* usia 21,33.

Desain penelitian

Penelitian ini dilakukan melalui pendekatan kuantitatif korelasional, yang merupakan jenis studi korelasi, di mana analisis data angka diutamakan dan penggunaan teknik statistik yang tepat (Sugiyono, 2013). Seperti yang dinyatakan oleh Gravetter dan Forzano (2019), studi korelasional dapat melibatkan pengukuran lebih dari dua variabel sekaligus menilai hubungan keduanya secara bersamaan. Hubungan parasosial digunakan sebagai variabel dependen, dan kesepian digunakan sebagai variabel independen dalam penelitian ini.

Instrumen penelitian

UCLA *Loneliness Scale Version* 3 (UCLA-LS3)

Russell (1996, dalam Pramitha, 2018) membuat skala kesepian UCLA *Loneliness Scale Version* 3 yang diterjemahkan ke bahasa Indonesia oleh Pramitha (2018) dalam skripsinya. Alat ukur kesepian UCLA-LS3, yang terdiri dari 20 butir dan menggunakan skala Likert 1-4. *Cronbach's alpha* (α) sebesar .931 dan nilai validitas sebesar .406 – .771, yang menunjukkan bahwa alat ini sudah dapat diandalkan dan dapat diandalkan untuk mengukur kesepian secara keseluruhan. Alat ukur ini memiliki 3 dimensi yaitu dimensi *trait loneliness* berjumlah 3 butir (α =.544), dimensi *social desirability* berjumlah 11 butir (α =.872), dan dimensi *depression* berjumlah 6 butir (α =.898). Pernyataan *favourable* yang diberi skor tidak pernah (TP) = 1, jarang (J) = 2, sering (S) = 3, dan sangat sering (SS) = 4. Sedangkan pernyataan *unfavourable* diberi skor sebagai berikut: tidak pernah (TP) = 4, jarang (J) = 3, sering (S) = 2, dan sangat sering (SS)

= 1.

***Celebrity Attitude Scale* (CAS)**

Pengukuran hubungan parasosial dilakukan menggunakan *Celebrity Attitude Scale* (McCutcheon & Maltby, 2002). Alat ukur ini diterjemahkan oleh bahasa Indonesia oleh Khairunisa (2015) dalam skirpsinya. CAS memiliki total 26 butir dengan 3 dimensi. Format respons terdiri dari skala Likert 1-4. Pernyataan *favourable* yang diberi skor sangat setuju (SS) = 4, setuju (S) = 3, tidak setuju (TS) = 2, dan sangat tidak setuju (STS) = 1. Skor tinggi menunjukkan kecenderungan untuk berada dalam hubungan parasosial yang lebih tinggi. Alat ukur hubungan parasosial *Celebrity Attitude Scale* (CAS) yang berjumlah 26 butir dalam penelitian ini memiliki nilai *Cronbach's alpha* (α) sebesar .905 dan validitas .387 hingga .6 sehingga alat ukur ini dapat dikatakan valid dan reliabel mengukur hubungan parasosial secara keseluruhan. Dimensi *entertainment social* berjumlah 7 butir (α = .661), dimensi *intense personal* berjumlah 13 butir (α = .819), dan dimensi *borderline pathological* berjumlah 6 butir (α = .702). Contoh butir *entertainment social* "Berita mengenai selebritas saya merupakan istirahat yang menyenangkan dari dunia yang keras." Contoh butir *intense personal* "Kesuksesan selebritas favorit saya merupakan kesuksesan saya juga." Contoh butir *borderline pathological* "Saya akan rela mati demi menyelamatkan nyawa selebritas favorit saya."

Prosedur penelitian

Data penelitian dikumpulkan melalui survei *online* yang terdiri dari kumpulan pertanyaan dan pernyataan menggunakan Google Form. Poster dan link survei disebarkan melalui media sosial seperti LINE, WhatsApp, X, dan Instagram. Analisis data berdasarkan hasil survei dengan menggunakan Google Spreadsheet. Hasil survei akan dimasukkan ke dalam program IBM SPSS 25 setelah dikumpulkan dalam format Excel. Semua data yang dikumpulkan dalam penelitian ini akan diuji validitas, reliabilitas, normalitas, korelasi, dan uji beda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 437 partisipan. Berdasarkan hasil data, mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan, yaitu 400 orang (91,5%), sementara partisipan laki-laki berjumlah 37 orang (8,5%). Dari segi usia, partisipan paling banyak berusia 21 tahun, dengan jumlah 152 orang (34,8%) dan rata-rata usia partisipan adalah 21,33 tahun. Dilihat dari domisili, mayoritas partisipan berdomisili di Jakarta, dengan jumlah 224 orang (51,3%). Berdasarkan status, partisipan terdiri dari mahasiswa sebanyak 365 orang (83,5%) dan pekerja sebanyak 72 orang (16,5%). Selain itu, sebagian besar partisipan telah menggemari selebritas selama lebih dari 2 tahun, yaitu sebanyak 278 orang (63,6%). Gambaran lengkap partisipan dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Gambaran Partisipan

Klasifikasi Responden	Keterangan	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	37	8,5%
	Perempuan	400	91,5%
Usia (tahun)	18	12	2,7%
	19	30	6,9%
	20	70	16%
	21	152	34,8%
	22	91	20,8%
	23	44	10,1%

	24	21	4,8%
	25	17	3,9%
Status	Bekerja	72	16,5%
	Kuliah	365	83,5%
Domisili	Jakarta	224	51,3%
	Bogor	49	11,2%
	Depok	38	8,7%
	Tangerang	66	15,1%
	Bekasi	60	13,7%
Lama Menggemari	Kurang dari 6 bulan	30	6,9%
	6 bulan - 1 tahun	58	13,3%
	1 tahun - 2 tahun	71	16,2%
	Lebih dari 2 tahun	278	63,6%

Skala untuk mengukur kesepian yaitu UCLA-LS3 menggunakan skala Likert 1-4 dengan rata-rata hipotetik sebesar 2,5 dan rata-rata empink keseluruhan sebesar 2,4749 (SD = .58368). Dengan hasil rata-rata hipotetik yang lebih kecil dibandingkan dengan rata-rata empirik, maka kesepian dapat dikatakan rendah. Skala untuk hubungan parasosial yaitu CAS menggunakan skala Likert 1-4 dengan rata-rata hipotetik sebesar 2,5 dan rata-rata empink sebesar 2,5819 (SD = .47677). Dengan hasil rata-rata hipotetik yang lebih besar dibandingkan dengan rata-rata empirik, maka hubungan parasosial dapat dikatakan tinggi.

Tabel 2. Data Deskriptif

Variabel	*Minimum*	*Maximum*	*Mean* Empirik	Std. Deviasi	Keterangan
Kesepian	1.05	4.00	2.4749	.58368	Rendah
Hubungan Parasosial	1.04	4.00	2.5819	.47677	Tinggi

Diketahui subjek yang mengalami kesepian kategori rendah berjumlah 100 orang (22,9%), subjek yang mengalami kesepian kategori sedang berjumlah 249 orang (57%), dan subjek yang mengalami kesepian kategori tinggi berjumlah 88 orang (20,1%).

Tabel 3. Kategorisasi Kesepian

Kategori	**Interval**	**Frekuensi**	**Persentase**
Rendah	X < 39,5	100	22,9%
Sedang	40 < X < 59,5	249	57%
Tinggi	X > 60	88	20,1%
Total		**437**	**100%**

Diketahui subjek yang melakukan hubungan parasosial kategori rendah berjumlah 41 orang (9,4%), subjek yang melakukan hubungan parasosial kategori sedang berjumlah 320 orang (73,2%), dan subjek yang melakukan hubungan parasosial kategori tinggi berjumlah 76 orang (17,4%).

Tabel 4. Kategorisasi Hubungan Parasosial

Kategori	**Interval**	**Frekuensi**	**Persentase**
Rendah	X < 51,5	41	9,4%
Sedang	52 < X < 77,5	320	73,2%

Tinggi	X > 78	76	17,4%
Total		**437**	**100%**

Dilakukan uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Hasil variabel kesepian menunjukkan nilai p = .001 < .05 dan hasil variabel hubungan parasosial menunjukkan nilai p = .011 < .05 maka data tidak terdistribusi normal. Oleh karena itu, uji hipotesis selanjurnya dilakukan menggunakan uji nonparametrik.

Tabel 5. Uji Normalitas

Variabel	***p***	**Keterangan**
Kesepian	0,001	Terdistribusi Tidak Normal
Hubungan Parasosial	0,011	Terdistribusi Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman, didapatkan bahwa variabel kesepian (r = .23, p = .000 < .05) memiliki hubungan positif yang signifikan dengan hubungan parasosial. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian maka semakin tinggi pula kecenderungan untuk melakukan hubungan parasosial. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah kesepian maka semakin rendah pula kecenderungan untuk melakukan hubungan parasosial. Namun, hubungan antara kedua variabel berada di tingkat lemah.

Tabel 6. Uji Korelasi Spearman

Variabel	**r**	***p***	**Keterangan**
Kesepian dan Hubungan Parasosial	0,23	0,00	Hubungan lemah dan signifikan

Uji beda untuk jenis kelamin dilakukan menggunakan *Mann-Whitney U* karena kelompok pembeda terdiri dari dua kelompok. Uji beda variabel kesepian ditinjau dari jenis kelamin tidak memiliki perbedaan yang signifikan (p = .088 > .05), tetapi kesepian lebih besar dirasakan oleh jenis kelamin perempuan (M = 222,13) dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki (M = 185,12).

Tabel 7. Uji Beda Kesepian

Klasifikasi Responden		***p***	**Z**	**Mean**	**Keterangan**
Jenis Kelamin	Laki-laki	0,088	-1,706	185,12	Tidak ada perbedaan signifikan
	Perempuan			222,13	

Uji beda variabel hubungan parasosial ditinjau dari jenis kelamin memiliki perbedaan yang signifikan (p = .006 < .05), dan hubungan parasosial lebih banyak dilakukan oleh jenis kelamin perempuan (M = 224,04) dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki (M = 164,5).

Tabel 8. Uji Beda Hubungan Parasosial

Klasifikasi Responden		***p***	**Z**	***Mean***	**Keterangan**
Jenis Kelamin	Laki-laki	0,006	-2.745	164,5	Ada perbedaan signifikan
	Perempuan			224,04	

Pembahasan

Hasil menunjukkan bahwa pada dewasa awal di Jabodetabek, kesepian dan hubungan parasosial berada pada tingkat sedang; 279 partisipan (57%) menunjukkan kesepian dan 320

partisipan (73,2%) menunjukkan hubungan parasosial. Hasil survei online yang dilakukan oleh *Health Collaborative Center* (HCC) oleh 1.229 orang menunjukkan bahwa 44% orang di wilayah metropolitan Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi mengalami kesepian sedang (Sagita, 2023). Selain itu, penelitian Athirah (2024) menemukan bahwa sebanyak 273 orang, atau 65% dari 420 orang yang disurvei, memiliki perilaku hubungan parasosial yang sedang.

Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kesepian dan hubungan parasosial ($r = .23$, $p = .000 < .05$). Artinya, semakin tinggi tingkat kesepian pada individu dewasa awal di Jabodetabek, semakin tinggi pula kecenderungan mereka dalam membentuk hubungan parasosial. Sebaliknya, jika tingkat kesepian menurun, hubungan parasosial yang dilakukan juga cenderung lebih rendah. Berdasarkan hasil ini, hipotesis penelitian dapat diterima. Temuan ini konsisten dengan penelitian Ashe dan McCutcheon (2001) yang juga menemukan adanya korelasi positif antara kesepian dan hubungan parasosial meskipun lemah. Individuyang merasa kesepian seringkali berinteraksi dengan selebritas untuk mengisi waktu tanpa membentuk keterikatan emosional yang dalam, sehingga hubungan antara kesepian dan hubungan parasosial relatif lemah (Ashe & McCutcheon, 2001).

Tidak terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat kesepian, tetapi perempuan lebih merasa kesepian dibandingkan laki-laki. Salsabila dan Sahrani (2021) juga tidak menemukan bahwa perbedaan kesepian berdasarkan jenis kelamin. Studi Hermawati (2021) menunjukkan lebih banyak perempuan daripada laki-laki yang merasa kesepian. Menurut Cacioppo et al., 2009) perempuan lebih sering mengalami kesepian daripada laki-laki. Perempuan lebih sering mengalami kegagalan dan kesulitan dalam menjalani hubungan dekat dengan orang lain, yang berdampak pada kedekatan suatu hubungan dan aspek perkembangan pribadi dan sosial yang berkembang, yang menyebabkan mereka kesepian pada masa dewasa awal.

Terdapat perbedaan signifikan dalam perilaku hubungan parasosial berdasarkan jenis kelamin, dengan perempuan menunjukkan hubungan parasosial yang lebih mendalam terhadap idola dibandingkan laki-laki. Hasil ini sejalan dengan temuan Athirah (2024) yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki hubungan parasosial yang lebih intens daripada laki-laki. Hal ini disebabkan oleh keterlibatan emosi yang lebih besar pada perempuan saat mengakses konten selebritas, mencari informasi, serta membahas selebritas atau hal-hal yang berkaitan dengan mereka. Emosi yang terlibat oleh penggemar perempuan dapat memperkuat hubungan parasosial dengan selebritas favorit mereka. Penemuan ini juga konsisten dengan penelitian sebelumnya (Chory-Assad & Yanen, 2005; Cohen, 2003). Cohen (1997) berpendapat bahwa perempuan cenderung memelihara hubungan sosial yang lebih luas dibandingkan laki-laki, dan mereka sering memandang hubungan parasosial sebagai cara untuk memperluas jaringan sosial dan menganggap selebritas favorit sebagai teman atau pendamping.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa tingkat kesepian dan intensitas hubungan parasosial pada dewasa awal di wilayah Jabodetabek memiliki hubungan signifikan, dengan semakin tinggi kesepian, semakin kuat hubungan parasosial yang terbentuk. Dari 437 partisipan, mayoritas mengalami kesepian dan memiliki hubungan parasosial dalam kategori sedang. Uji beda menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan dalam tingkat kesepian berdasarkan jenis kelamin, meskipun perempuan dan partisipan yang bekerja cenderung merasa lebih kesepian. Dalam hal hubungan parasosial, terdapat perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin, di mana perempuan memiliki intensitas hubungan parasosial lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman teoritis dalam psikologi sosial

dan klinis, terutama terkait hubungan antara kesepian dan hubungan parasosial pada dewasa awal. Mengingat partisipan didominasi perempuan, disarankan agar penelitian selanjutnya mencakup partisipan yang lebih seimbang dan merata. Penelitian lanjutan juga disarankan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi hubungan ini, seperti media sosial, lingkungan sosial, kepribadian, dan keadaan emosional. Penambahan variabel mediasi, seperti kepercayaan diri atau dukungan sosial, dapat membantu mengetahui pengaruhnya terhadap kekuatan hubungan antara kesepian dan keterlibatan parasosial.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini. Terima kasih kepada rekan-rekan sejawat yang telah memberikan saran, dukungan, dan inspirasi selama proses penelitian. Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada partisipan dan responden yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Tak lupa, kami juga mengucapkan terima kasih kepada lembaga atau institusi yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam menjalankan penelitian ini. Semua kontribusi dan bantuan yang diberikan sangat berarti bagi kelancaran dan kesuksesan penelitian ini. Terima kasih atas segala kerja keras dan kolaborasi yang telah terjalin.

DAFTAR REFERENSI

Analisis “parasocial interaction” di balik militansi fans K-pop bela idola. (2022, May 20). *Detiknews*. https://news.detik.com/berita/d-6086799/analisis-parasocial-interaction-di-balik-militansi-fans-k-pop-bela-idola

Andriani, N. T., Purwaningsih, I. E., Aquino, T., & Hary, P. (2023). Parasocial relationship viewed from loneliness in new students. *Proceedings of The 1st International Conference on Indigenous Psychology & Culture (ICIPC)*, *1*(1), 288–298. https://seminar.ustjogja.ac.id/index.php/icipc/article/view/782

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, *55*(5), 469–480. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469

Ashe, D. D., & McCutcheon, L. E. (2001). Shyness, loneliness, and attitude toward celebrities. *Current Research in Social Psychology*, *6*(9), 124–133.

Athirah, V. Z. (2024). *Pengaruh empati pada idola, kesepian, daya tarik interpersonal, dan faktor demografi terhadap hubungan parasosial pada penggemar K-Pop generasi z*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Bond, B. J. (2022). Parasocial relationships as functional social alternatives during pandemic-induced social distancing. *Psychology of Popular Media*, *11*(3), 250–257. https://doi.org/10.1037/ppm0000364

Cacioppo, J. T., Fowler, J. H., & Christakis, N. A. (2009). Alone in the crowd: The structure and spread of loneliness in a large social network. *Journal of Personality and Social Psychology*, *97*(6), 977–991. https://doi.org/10.1037/a0016076

Chory-Assad, R. M., & Yanen, A. (2005). Hopelessness and loneliness as predictors of older adults’ involvement with favorite television performers. *Journal of Broadcasting and Electronic Media*, *49*(2), 182–201. https://doi.org/10.1207/s15506878jobem4902_3

Cohen, J. (1997). Parasocial relations and romantic attraction: Gender and dating status differences. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, *41*(4), 516–529. https://doi.org/10.1080/08838159709364424

Cohen, J. (2003). Parasocial breakups: Measuring individual differences in responses to the dissolution of parasocial relationships. *Mass Communication and Society*, *6*(2), 191–202. https://doi.org/10.1207/s15327825mcs0602_5

Eight words go head-to-head for Oxford Word of the Year 2023. (2023, November 27). *Oxford University Press*. https://corp.oup.com/news/eight-words-go-head-to-head-for-oxford-word-of-the-year-2023/

Firdausa, Z. A., & Shanti, K. L. P. S. (2019). Hubungan antara kesepian dengan interaksi parasosial pada perempuan dewasa muda anggota fansclub Prillvers Semarang. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula 2 (KIMU)*, 1119–1125. http://lppm-unissula.com/jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimuhum/article/download/8242/3797

Forster, R. T. (2024, April 9). Parasocial relationships: Do we know what's real and what's not? *Psychology Today*. https://www.psychologytoday.com/us/blog/reel-relationships/202404/parasocial-relationships-do-we-know-whats-real-and-whats-not

Gravetter, F. J., & Forzano, L.-A. B. (2019). *Research methods for the behavioral sciences* (6th ed.). Cengage. https://doi.org/10.4324/9780203084144-4

Hermawati. (2021). *Gambaran kesepian pada dewasa awal yang menggunakan media sosial di tengah pandemi covid-19*. Universitas Islam Riau.

Horton, D., & Wohl, R. (1956). Mass communication and para-social interaction. *Psychiatry*, *19*(3), 215–229. https://doi.org/10.1080/00332747.1956.11023049

Indriani, R. M. D. (2022, May 21). Aksi fans serbu NCT di bandara dinilai sebagai parasocial relationship, apa itu? *Suara*. https://www.suara.com/lifestyle/2022/05/21/190310/aksi-fans-serbu-nct-di-bandara-dinilai-sebagai-parasocial-relationship-apa-itu

Kaligis, F., Ismail, R. I., Wiguna, T., Prasetyo, S., Indriatmi, W., Gunardi, H., Pandia, V., & Magdalena, C. C. (2021). Mental health problems and needs among transitional-age youth in Indonesia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(8), 4046. https://doi.org/10.3390/ijerph18084046

Khairunisa, F. (2015). *Pengaruh celebrity worship dan dukungan sosial terhadap body image pada mahasiswa UIN Jakarta* [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta]. https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/68803/1/FADHILA KHAIRUNISA - FPSI.pdf

McCutcheon, L. E., & Maltby, J. (2002). Personality attributions about individuals high and low in the tendency to worship celebrities. *Current Research in Social Psychology*, *7*(19), 1–15.

Nabilla, S. R., & Prakoso, H. (2019). Pengaruh loneliness terhadap parasocial relationship pada fansclub Wannable di Bandung. *Prosiding Psikologi*, 95–102. https://doi.org/10.29313/.v0i0.14213

Noffiyanti, Mohd Akib, M. M., & Fitriyani, A. (2023). Hubungan antara tingkat kesepian dengan parasocial relationship pada remaja penggemar K-pop di komunitas Exo-L Lampung. *Sociocouns: Journal of Islamic Guidance and Counseling*, *3*(1), 92–114. https://doi.org/10.35719/sjigc.v3i1.83

Perdana, K. E. (2023). A descriptive analysis of parasocial interactions of Korean-pop fans on Indonesian social media. *Indonesian Journal of Contemporary Multidisciplinary Research*, *2*(5), 859–872. https://doi.org/10.55927/modern.v2i5.5523

Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. In Duck & R. Gilmour (Eds.), *Personal relationships in disorder* (Vol. 41, Issue 2, pp. 229–231). Academic Press. https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.2.229

Pramitha, R. (2018). *Hubungan kesejahteraan psikologis dengan kesepian pada mahasiswa yang merantau di Yogyakarta* [Universitas Islam Indonesia]. https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/13606

Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian pada mahasiswa selama pandemi COVID-19 di Indonesia. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, *11*(3), 267–277. https://doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p267-277

Sagita, S. N. (2023, December 19). Ternyata 44 persen warga Jabodetabek alami kesepian, ini risetnya. *Detik Health*. https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-7098345/ternyata-44-persen-warga-jabodetabek-alami-kesepian-ini-risetnya

Salsabila, T. A., & Sahrani, R. (2021). Peran moderasi mindfulness dalam hubungan antara intensitas penggunaan Instagram dan kesepian pada dewasa muda. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, *5*(2), 352–361. https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i2.10932.2021

Setiawan, M. A., Sari, N. P., Rachmah, D. N., & Rachman, A. (2022). The intensity of parasocial interaction of student watching Korean drama during stay at home during pandemic. *Journal of Positive School Psychology*, *6*(2), 5930–5940. http://journalppw.com

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Trinidya, B. M., & Cahyono, R. (2024). *Hubungan antara loneliness dengan parasocial relationship pada pemain game Genshin Impact* (Issue 3) [Universitas Airlangga]. http://repository.unair.ac.id/id/eprint/133015

Wang, Q., Fink, E. L., & Cai, D. A. (2008). Loneliness, gender, and parasocial interaction: A uses and gratifications approach. *Communication Quarterly*, *56*(1), 87–109. https://doi.org/10.1080/01463370701839057

Zulfikar, F. (2022, June 3). Usia 20-an memasuki quarter life crisis, bagaimana cara mengatasinya? *Detik Edu*. https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6108508/usia-20-an-memasuki-quarter-life-crisis-bagaimana-cara-mengatasinya