

ABSTRAK

Nama : Indah Putri Sari
Fakultas : Fakultas Psikologi
Universitas : Universitas YARSI
Judul Skripsi : “HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN KESEPIAN (*LONELINESS*)
PADA DEWASA MUDA LAJANG DAN TINJAUANNYA DALAM ISLAM”

Masa dewasa muda merupakan proses untuk membentuk suatu keluarga, mendapatkan pekerjaan dan memilih teman. Tahap perkembangan yang akan dilalui dewasa muda yaitu *intimacy vs isolation*. Apabila individu belum dapat menjalin hubungan interpersonal dengan orang lain, maka ia akan mengalami perasaan terisolasi. Oleh karena itu, dewasa muda lajang yang belum memiliki pasangan dianggap sudah memasuki usia kritis dan memiliki resiko mengalami depresi dan kesepian. Kesepian merupakan emosi negatif yang muncul karena adanya kesenjangan hubungan sosial antara yang diharapkan dengan kenyataan yang ada. Oleh karena itu, individu membutuhkan peran resiliensi. Resiliensi merupakan kualitas pribadi yang memungkinkan seseorang bangkit ketika menghadapi kesulitan. Konsep resiliensi senada dengan konsep tawakkal, yaitu berserah diri kepada Allah SWT atas segala yang terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan kesepian (*loneliness*) pada dewasa muda lajang serta tinjauannya dalam Islam. Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah memberikan informasi terkait mengatasi kesepian pada dewasa muda lajang. Subjek penelitian berjumlah 200 orang di Jakarta dengan rentang usia 22-33 tahun. Pengukuran menggunakan adaptasi alat ukur CD-RISC dan *Loneliness Scale*. Berdasarkan uji korelasi ditemukan hasil $r = -0,324$ dan $p = 0,000$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan dan bersifat negatif. Artinya apabila resiliensi pada individu dewasa muda lajang rendah maka kesepian (*loneliness*) yang dirasakan individu dewasa muda lajang tinggi dan sebaliknya apabila resiliensi tinggi maka kesepian (*loneliness*) rendah. Resiliensi memiliki kontribusi dalam menurunkan kesepian sebesar 10,5%. Dengan demikian, untuk mengatasi kesepian individu membutuhkan kemampuan resiliensi seperti percaya pada diri sendiri dan membangun interaksi sosial yang baik.

Kata Kunci: dewasa muda, lajang, resiliensi, kesepian