



Pengaruh Tipe Kepribadian *Big Five Personality* dan *Self-Compassion* terhadap Loneliness pada Remaja dengan Orang Tua Bercerai

The Effect of Big Five Personality and Self-compassion on Loneliness in Adolescents with Divorced Parents

Irma Rosalinda Lubis, Mauna, Ernita Zakiah, Deni Krisnaputra,
Chandra Putri Hafidia Sukmana

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia
Email: irma.dik2@gmail.com; mauna@unj.ac.id; ernitazakiah1@gmail.com;
denikrisnaputra@gmail.com; chndrptr13@gmail.com

KATA KUNCI Kepribadian *Big Five*, *Self-compassion*, *Loneliness*, Remaja dengan Orang Tua Bercerai.

KEYWORDS *Big Five Personality*, *Self-compassion*, *Loneliness*, *Adolescents with Divorced Parents*.

ABSTRAK Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *big five personality* dan *self-compassion* terhadap *loneliness* pada 125 remaja dengan orang tua bercerai. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *loneliness* adalah De Jong Gierveld Loneliness Scale (DJGLS). Kepribadian *big five* diukur dengan Big Five Inventory (BFI) dan alat ukur yang digunakan untuk mengukur *self-compassion* adalah skala *self-compassion* oleh Neff. Pengolahan data menggunakan analisis regresi dengan dua prediktor. Hasil pengaruh *big five* terhadap *loneliness* diikuti OCEAN adalah 5,2%, 3,1%, 18,6%, 7% dan 26,1% dan pengaruh negatif *self-compassion* terhadap *loneliness* pada remaja dengan orang tua bercerai sebesar 5,7%. Dengan demikian, kecenderungan tertinggi *loneliness* berada pada anak dengan karakter *neurotism* dan rendah ditemukan oleh anak yang memiliki *self-compassion* tinggi.

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of the big five personality and self-compassion towards loneliness in adolescents with divorced parents. This research uses quantitative methods. The measuring instrument used to measure loneliness is De Jong Gierveld Loneliness Scale (DJGLS). The big five personality is measured by Big Five Inventory (BFI) and the measuring instrument used to measure self-compassion is Self-Compassion scale by Neff. Data was processed using regression analyze with three predictor. Data processing using regression analysis with two predictors. The results of the big five influence on loneliness followed by OCEAN are 5.2%, 3.1%, 18.6%, 7% and 26.1% and the negative effect of self-compassion on loneliness in adolescents with divorced parents is 5.7%. . Thus, the highest tendency of loneliness is found in children with neurotic character and the lowest is found by children who have high self-compassion.

PENDAHULUAN

Dalam beberapa tahun terakhir, fenomena perceraian mengalami peningkatan. Berdasarkan data yang di unggah oleh Badan Peradilan Agama, pada tahun 2018 terdapat 419.286 pasangan yang bercerai, dimana 307.788 perempuan dan 111.490 pria

Peristiwa perceraian dalam keluarga senantiasa membawa dampak yang mendalam. Kasus ini menimbulkan stres, perubahan fisik, dan mental. Keadaan ini dialami oleh semua anggota keluarga, yakni ayah, ibu, dan anak (Ramdhani dan Krisnani, 2019). Perceraian menjadi beban yang mendalam bagi anak, terlebih lagi ketika anak menginjak usia remaja (Mone, 2019).

Masa remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini dimulai pada usia 10 hingga 12 tahun dan berakhir pada usia 18 hingga 21 tahun. Selain perkembangan fisik pada masa remaja terdapat pula perkembangan emosi yang dialami (King, 2010). Secara psikologis, emosi manusia terbagi menjadi dua jenis yakni emosi positif (seperti bahagia, gembira, semangat, serta sejenisnya) dan emosi negatif (perasaan tidak menyenangkan seperti sedih, menangis, dan lainnya) (Gohm dan Clore, 2000). Remaja yang berasal dari keluarga

bercerai memiliki beberapa aspek emosi negatif seperti kurang percaya diri, *mood swing*, dan traumatis. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak remaja dengan orang tua yang bercerai jauh lebih mungkin mengalami masalah emosi negatif seperti *loneliness* (Yulawati dkk., 2007). Selain *loneliness*, emosi negatif yang mungkin dirasakan oleh remaja dengan orang tua bercerai adalah perasaan marah, merasa tidak aman, terluka dan bingung. Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian lain yang dilakukan oleh Hidayati (2018) mengatakan bahwa salah satu resiko yang timbul dari perceraian yang dialami oleh remaja adalah *loneliness*. Gejala emosi yang tidak stabil dapat membuat remaja cenderung menjadi sensitif atas situasi yang sedang dialami, karenanya perceraian akan sangat mudah membuat remaja mengalami *loneliness*. Hal ini dipertegas dengan penelitian Aminah dkk. (2014) yang menyatakan bahwa remaja dengan orang tua yang bercerai sangat sering ditemui dengan tingkat *loneliness* yang tinggi.

Bruno (2002) memaparkan *loneliness* merupakan keadaan mental dan emosional yang utamanya dicirikan adanya perasaan-perasaan terasing atau kurangnya hubungan yang bermakna

dengan individu lain. Individu yang merasakan keadaan tersebut merasa bahwa dirinya tidak diinginkan oleh orang lain atau merasa tidak ada yang mengerti apa yang individu tersebut rasakan. Rasa sedih biasanya menyelimuti hati individu yang sedang merasakan *loneliness*. Selain itu, Baron (2005) mendefinisikan *loneliness* sebagai reaksi emosional dan juga reaksi kognitif terhadap dimilikinya hubungan yang lebih sedikit dan tidak memuaskan daripada yang diinginkan oleh orang yang bersangkutan tersebut. *Loneliness* yang dirasakan oleh individu berpengaruh pada emosi dan pikiran individu. Hal ini menyebabkan individu menerima emosi yang tidak terlalu baik dari luar. Selain itu, *loneliness* dapat menyebabkan harga diri rendah; dengan begitu, remaja akan kurang percaya diri sehingga akan menutup diri dari lingkungan sosialnya. Penelitian lain mengatakan bahwa *loneliness* pada remaja dapat membuat remaja cenderung untuk melakukan tindakan melukai diri sendiri (Lubis dan Yudhaningrum, 2020).

Dikutip dari berita CNN Indonesia (2015), *loneliness* sama bahayanya dengan merokok. *Loneliness* yang akut dapat meningkatkan resiko mati muda sebesar 14%. Pada kenyataannya tidak semua remaja mengalami dampak kesepian yang sama satu sama lainnya. Hal ini dapat disebabkan adanya perbedaan karakteristik yang dimiliki setiap individu. Perbedaan karakteristik ini disebut dengan tipe kepribadian (Dominika, 2018). Hal ini berlaku pada setiap remaja, bukan hanya remaja dengan latar belakang orang tua bercerai. Hal ini sejalan dengan penelitian Neto (2016) yang mengatakan bahwa kepribadian merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *loneliness* pada masa remaja. Individu yang merasa *loneliness* cenderung mengembangkan hipersensitivitas terhadap informasi sosial yang negatif, untuk menilai interaksi sosial mereka lebih negatif, dan untuk terlibat dalam perilaku yang lebih defensif.

Kepribadian adalah pola sifat (watak) dan sebuah karakter unik yang memberikan konsisten sekaligus individualitas bagi perilaku seseorang. Kepribadian sebagai pola yang khas dari pikiran, perasaan dan tingkah laku yang membedakan orang yang satu dengan yang lain dan tidak berubah lintas waktu dan situasi (Feist & Feist, 2008). Kepribadian juga menjadi karakteristik yang khas dan menetap serta digunakan untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Kepribadian merupakan cara dimana individu bereaksi dan berinteraksi dengan individu lain serta terhadap suatu situasi (Robbins & Judge, 2008).

Penelitian Kreuger dan Eaton (2010) menyebutkan *big five personality* merupakan salah satu ciri kepribadian yang penting dan dianggap luas oleh beberapa penelitian termasuk dapat menghindari bias budaya. Hal ini diperjelas dengan penelitian Rammstedt dkk. (2010) yang menyatakan bahwa *big five personality* dapat menjadi salah satu tipe kepribadian yang baik karena model ini adalah model yang paling diterima dan menonjol untuk mengukur tipe kepribadian dimanapun.

Five factor model, istilah lain untuk *big five personality*, dianggap menggabungkan berbagai macam perspektif yang berbeda terhadap kepribadian (Keldal & Atli, 2016). Faktor-faktor yang termasuk dalam teori ini adalah OCEAN (*Openness to experience*, *Conscientiousness*, *Extraversion*, *Agreeableness*, *Neuroticism*) (Keldal & Atli, 2016).

Sejumlah penelitian menyebutkan terdapat hubungan antara *big five personality* dan *loneliness*. Temuan penelitian sebelumnya mengatakan terdapat hubungan negatif antara *openness to experience* dan *loneliness* (Vanhals, dkk., 2012). Selain itu, ditemukan pula korelasi positif antara *conscientiousness* dan *loneliness* (Teppers dkk., 2013). Kemudian, ditemukan pula hasil secara konstan bahwa adanya hubungan antara *extraversion* dan *loneliness* (Keldal & Atli, 2016). Temuan penelitian lain

menunjukkan karakteristik *agreeableness* berkorelasi negatif terhadap *loneliness* (Keldal & Atli, 2016). Kemudian, terdapat studi yang menunjukkan hubungan yang positif antara *neuroticism* dan *loneliness* (Buecker, 2019).

Seseorang dengan karakteristik *neuroticism* sangat peka terhadap penolakan sosial dan rentan terhadap stres (Buecker, 2019). *Loneliness* dapat dikurangi dengan berbagai macam cara yang dilakukan oleh individu seperti merubah emosi negatif atau sudut pandang terhadap suatu masalah ke dalam perspektif yang lebih positif. Salah satunya dengan mengasahi diri sendiri merupakan cara yang dapat dilakukan individu agar terbebas dari perasaan negatif termasuk *loneliness*. Konsep mengasahi diri sendiri disebut juga sebagai *self-compassion*. Menurut Germer (dalam Hidayati & Maharani, 2013), *self-compassion* adalah kesediaan diri untuk terbuka dan tersentuh kesadarannya saat mengalami penderitaan dan tidak menghindari atau menolak penderitaan tersebut. Menurut Neff dkk. (2005), *self-compassion* berfungsi sebagai strategi adaptif bagi pengorganisasian emosi melalui pengurangan emosi negatif dan menciptakan emosi positif berupa kebaikan. *Self-compassion* tidak hanya berfokus pada penyelesaian emosi yang dapat menjadikan individu lupa dengan masalah yang sedang dihadapi, namun juga berhubungan dengan pengambilan inisiatif untuk merubah dirinya kearah yang lebih positif (Neff & Kirkpatrick, 2007). Urgensi dari kepentingan menetapkan *big five personality* dan *self compassion* sebagai prediktor terhadap *loneliness* sendiri adalah karena kedua variabel tersebut memiliki korelasi yang tinggi terhadap *loneliness* (Buecker, 2019). Dengan demikian, penelitian ini ingin mengetahui seberapa besar pengaruh faktor kepribadian *big five* dan *self compassion* terhadap *loneliness*, khususnya pada remaja dengan orang tua bercerai.

METODE PENELITIAN

Partisipan

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja yang orang tuanya telah bercerai, yang merupakan warga negara Indonesia, dan berumur 15-21 tahun. Partisipan didapatkan melalui media sosial seperti *Instagram*, *Twitter*, dan *broadcast* melalui internet. Terdapat 125 partisipan dalam penelitian ini. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *non-probability sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dimana tidak setiap responden memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi karakteristik sampling (Sugiyono, 2016). Secara spesifik, teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*.

Instrumen

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner. Peneliti menggunakan *De Jong Gierveld Loneliness Scale (DJGLS)* untuk mengukur kesepian. Instrumen DJGLS terdiri dari 11 item yang terdiri dari lima item *favorable* dan lima item *unfavorable*. Instrumen DJGLS memiliki tiga pilihan jawaban yaitu ya (nilai tiga poin), kadang-kadang (nilai dua poin), dan tidak (nilai satu poin). Uji coba instrumen dilakukan pada 60 remaja yang orang tuanya bercerai, yang tinggal di berbagai daerah di Indonesia, melalui *google form*. Diperoleh koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* sebesar 0,828, yang mana menurut kategori Golberg (1981) tergolong reliabel. Sementara itu koefisien *corrected item total correlation* yang dihasilkan adalah $> 0,3$ atau mampu mengukur apa yang seharusnya diukur (Rangkuti & Wahyuni, 2017).

Untuk mengukur *big five personality* digunakan *Big Five Inventory (BFI)* yang terdiri dari 44 item, yaitu 31 item *favorable* dan 17 item *unfavorable*. Instrumen BFI terdiri dari lima pilihan jawaban, yakni sangat tidak setuju (STS), agak tidak setuju (ATS), netral (N), setuju (S) dan sangat setuju (SS). Uji coba BFI

pada 60 partisipan menghasilkan koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* sebesar 0,696.

Selanjutnya, untuk mengukur *self compassion* peneliti menggunakan *Self-Compassion Scale*, yang terdiri dari 26 item. Akan tetapi, peneliti memodifikasi item menjadi 28 item dengan tiga komponen dasar yaitu *self-kindness versus self-judgment*, *common humanity versus isolation*, dan *mindfulness versus over-identification*. *Self-Compassion Scale* memiliki lima pilihan jawaban untuk setiap pernyataan, yaitu tidak pernah (nilai satu poin), jarang (nilai dua poin), kadang-kadang (nilai tiga poin), sering (nilai empat poin) dan selalu (nilai lima poin). Koefisien reliabilitas *Cronbach alpha* alat ukur ini sebesar 0,710. Kemudian, terdapat sejumlah item *Self-Compassion Scale* yang memiliki nilai *corrected item total correlation* < 0,3 yaitu item nomer 3, 5, 7, 14, 21, 22, 23, dan 25. Dengan nilai di bawah 0,3 tersebut, maka item-item tersebut gugur (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Untuk instrumen *Self Compassion Scale* sendiri terdapat beberapa data item yang gugur item berada di bawah nilai 0,3 (Rangkuti & Wahyuni, 2017). Beberapa nomer item yang gugur antara lain 3, 5, 7, 14, 21, 22, 23, dan 25.

Teknik Analisis Data

Hipotesis dalam penelitian ini akan dianalisis melalui uji regresi linear, menggunakan program SPSS 25 *for windows*.

ANALISIS DAN HASIL

Uji Normalitas

Peneliti melakukan uji normalitas antara variabel *big five personality* maupun *self-compassion* terhadap *loneliness* menggunakan teori normal asimtotik. Berdasarkan teori normal asimtotik, apabila N yang lebih besar dari 30, maka distribusi sampling dari *mean* akan mendekati distribusi normal. Hal tersebut terjadi karena kasus khusus *Central Limit Theorem* (CLT) yang merupakan bagian teori probabilitas lanjut. Berdasarkan CLT, tingkat akurasi akan semakin baik apabila nilai N semakin besar (Spiegel & Stephens, 2007). Dalam penelitian ini sampel yang digunakan sebanyak 125 responden yang berarti sudah lebih dari 30 responden sehingga dapat diasumsikan data pada penelitian ini berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Peneliti melakukan uji linearitas dengan pada variabel-variabel yang diteliti. Berdasarkan data Tabel 1, diperoleh nilai signifikansi *linearity* untuk dimensi-dimensi *big five personality* (OCEAN) dan *loneliness* lebih kecil dari 0,05. Artinya, terdapat hubungan yang linear. Kemudian, diketahui hasil analisis hubungan antara variabel *self-compassion* terhadap *loneliness* dengan nilai signifikansi *deviation from linearity* 0,556 lebih besar dari taraf signifikansi ($\alpha=0,05$), maka hubungan antar variabel dapat dikatakan linear.

Tabel 1.
Uji Asumsi Linearitas *Big Five Personality*

Variabel	Dimensi	Sig. (p-value)
Tipe Kepribadian Big Five terhadap <i>Loneliness</i>	<i>Opennes to experience</i>	0,011
	Conscientiousness	0,049
	Extraversion	0,000
	Agreeableness	0,003
	Neuroticism	0,000

Kategorisasi Skor Variabel

Loneliness

Penentuan kategorisasi norma ini berdasarkan teori asli dari De Jong Girveld yang membagi tingkat kesepian menjadi empat kategori yakni sangat parah (skor 11) parah (skor 9-10) sedang (skor3-8) dan untuk mengkategorisasikan

skor *loneliness* ini, peneliti menggunakan hasil *mean* dari perhitungan SPSS versi 25. Dapat disimpulkan, partisipan penelitian ini memiliki perasaan *loneliness* di tingkat sedang, parah dan sangat parah. Kategorisasi skor dilakukan untuk melihat letak skor responden dengan skor responden lainnya.

Tabel 2

Kategorisasi Skor Loneliness

Kategori Skor Loneliness	Frekuensi	Persentase
Sangat Parah	24	19,2 %
Parah	42	33,6 %
Sedang	52	41,6 %
Tidak Kesepian	7	5,6 %
Total	125	100 %

Self Compassion

Kategorisasi *self-compassion* terbagi menjadi dua, yaitu kategori skor tinggi dan rendah. Mengkategorisasikan skor *self-*

compassion ini, penulis menggunakan hasil *mean* dari perhitungan SPSS versi 25. Berikut tabel mengenai kategori variabel *self-compassion*.

Tabel 3

Kategorisasi Skor Self-Compassion

Keterangan	Skor	Frekuensi
Rendah	$X < 70,18$	61
Tinggi	$X > 70,18$	64
Total		125

Rendah, jika : $X < \text{Mean}$
Tinggi, jika : $X > \text{Mean}$

Berdasarkan Tabel 3 diatas, diketahui bahwa partisipan dengan *self-compassion* yang rendah sebanyak 61 orang dan partisipan dengan *self-compassion* yang tinggi sebanyak 64 orang.

Big Five Personality

Kategorisasi skor dilakukan untuk melihat letak skor partisipan dengan skor partisipan lainnya. Kategori bisa saja

dilakukan dalam dua kategori yakni tinggi atau rendah dan bisa masuk ke dalam tiga kategori seperti tinggi, sedang dan rendah (Rangkuti dan Wahyuni, 2017). Dalam penelitian ini, skor variabel *Big Five Personality* dikategorikan sebagai rendah dan tinggi berdasarkan teori pengkategorisasian Rangkuti dan Wahyuni (2012). Tabel 4 menyajikan kategorisasi skor dimensi-dimensi variabel *Big Five Personality*.

Tabel 4

Kategorisasi Skor Big Five Personality

Dimensi	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
<i>Openness to experience</i>	Rendah	10	8.0 %
	Tinggi	115	92.0 %
<i>Conscientiousness</i>	Rendah	65	52.0%
	Tinggi	60	48.0%
<i>Extraversion</i>	Rendah	45	36.0%
	Tinggi	60	64.0%
<i>Agreeableness</i>	Rendah	6	4.8%
	Tinggi	119	95.2%
<i>Neuroticism</i>	Rendah	27	21.6%
	Tinggi	98	78.4%

Uji Hipotesis: Analisis Regresi Big Five Personality dan Self Compassion terhadap Loneliness

Berdasarkan data yang tersaji pada Tabel 5, diketahui bahwa *self compassion* berpengaruh secara signifikan terhadap *loneliness* pada remaja dengan orang tua yang bercerai ($F=7,501$; $p=0,007$). Semakin tinggi *self-compassion* maka semakin rendah *loneliness* pada remaja dengan orang tua bercerai, serta peningkatan *self-compassion* akan mempengaruhi penurunan *loneliness* juga. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah *self-compassion* maka semakin tinggi pula *loneliness*. Besaran kontribusi

self compassion terhadap *loneliness* dalam penelitian ini sebesar 5,7%. Sementara itu, *loneliness* juga dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini sebesar 94,3%.

Berdasarkan data yang tersaji pada Tabel 6, diketahui bahwa dimensi-dimensi *big five personality* berpengaruh secara signifikan terhadap *loneliness* pada remaja dengan orang tua yang bercerai ($F=3,962-43,501$; $p= 0,031-0,261$). Besaran kontribusi dimensi-dimensi *big five personality* terhadap *loneliness* dalam penelitian ini sebesar 3,1% hingga 26,1%.

Tabel 5

Analisis Regresi Big Five Personality dan Self-Compassion terhadap Loneliness

Variabel	p	Fhitung	R ²
<i>Openness to experience</i>	0,011	6,736	0,052
<i>Conscientiousness</i>	0,049	3,962	0,031
<i>Extraversion</i>	0,000	28,147	0,186
<i>Agreeableness</i>	0,003	9,308	0,070
<i>Neuroticism</i>	0,000	43,501	0,261
<i>Self-Compassion</i>	0,007	7,501	0,057

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh signifikan antara *big five personality* terhadap *loneliness* sebesar ($F=3,962-43,501$; $p= 0,031-0,261$). Besaran kontribusi dimensi-dimensi *big five personality* terhadap *loneliness* dalam penelitian ini sebesar 3,1% hingga 26,1%, dimana sumbangan terbesar diberikan oleh dimensi *neuroticism*, besar diberikan oleh dimensi

neuroticism, yakni sebesar 26%. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya Abdellaoui dkk. (2012) yang menyatakan bahwa *neuroticism* memiliki nilai prediktor yang paling tinggi dibandingkan dengan dimensi lain pada *big five personality*. Sejalan dengan itu, teori mengatakan bahwa neurotism sangat peka terhadap penolakan sosial dan rentan terhadap stres (Vanhalst dkk., 2012).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan

adanya pengaruh negatif *self-compassion* terhadap *loneliness* pada remaja dengan orang tua bercerai dengan ($F=7,501$; $p=0,007$) dan kontribusi dimensinya sebesar 5,7%. Hal ini sesuai dengan penelitian Neff dkk. (2005), *self-compassion* berfungsi sebagai strategi adaptif bagi pengorganisasian emosi melalui pengurangan emosi negatif dan menciptakan emosi positif berupa kebaikan. Selain itu, *self-compassion* merupakan salah satu bahasan mengapa seseorang mampu bertahan, memahami, dan menyadari makna suatu kesulitan ke dalam hal yang positif (Diana, 2015). *Self-compassion* tidak hanya berfokus pada penyelesaian emosi yang dapat menjadikan individu lupa dengan masalah yang sedang dihadapi, akan tetapi *self-compassion* berhubungan dengan pengambilan inisiatif untuk merubah dirinya kearah yang lebih positif (Neff & Kirkpatrick 2007).

Temuan ini juga didasarkan pada keterbatasan dalam penelitian yakni jumlah partisipan yang didapatkan belum mewakili seluruh daerah di Indonesia. Walaupun begitu, kondisi ini tidak mengurangi kredibilitas dari temuan hasil penelitian.

SIMPULAN

Berdasarkan pengujian statistik dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara tipe kepribadian *big five personality* dan *self compassion* terhadap *loneliness* pada remaja dengan orang tua bercerai. Hal ini membuktikan bahwa karakteristik kepribadian atau tipologi kepribadian sangat berperan penting terhadap munculnya *loneliness*. Kemudian, proses mengasihi diri sendiri juga dibutuhkan agar mampu mengurangi *loneliness* pada remaja dengan orang tua yang bercerai nantinya, karena semakin tinggi *self compassion* maka akan semakin rendah tingkat *loneliness* yang dirasakan. Berdasarkan hal tersebut kecenderungan tertinggi *loneliness* dapat dimiliki oleh partisipan dengan karakter *neurotism*. Sementara, kecenderungan *loneliness* yangendah dapat dimiliki oleh

partisipan dengan *self-compassion* yang tinggi.

SARAN

Penelitian ini memiliki keterbatasan seperti tidak tersebarnya responden secara merata di seluruh Indonesia sehingga peneliti selanjutnya diharapkan dapat menyempurnakan penelitian ini terutama terkait dengan responden yang diteliti. Diharapkan untuk penyebaran sampel dilakukan secara merata, tidak dominan pada suatu wilayah tertentu, atau tidak dominan pada jenis kelamin tertentu hal ini bertujuan agar data yang didapatkan bersifat bervariasi dan lebih menarik.

Melalui penelitian ini, diharapkan para remaja yang memiliki orangtua bercerai dapat memandang kejadian perceraian kedua orangtuanya dengan rasa penuh optimisme karena tidak semua anak dengan orang tua bercerai memiliki dampak yang negatif. Dari hasil penelitian ini kita bisa melihat bahwa berpikir positif dan mengembangkan kebaikan dan kasih kita terhadap sesama akan mengurangi emosi negatif akibat perceraian. Setiap kepribadian memiliki respon yang berbeda-beda akibat situasi perceraian ini, namun tidak menutup kemungkinan semua tipe kepribadian mampu bangkit dan lebih optimis kedepannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdellaoui, A., Chen H.Y., Willemsen, G., Ehli, E.A., Davies, G.E., Verweij, K.J.H., Nivard, M.G., de Geus, E.J.C., Boomsma, D.I., Cacioppo, J.T. (2019). Associations between loneliness and personality are mostly driven by a genetic association with neuroticism. *Journal of Personality*, 87(2), 386-397. doi: 10.1111/jopy.12397.
- Aminah., Andayani, T.R., & Karyanta, N.A. (2014). Proses penerimaan anak (remaja akhir) terhadap perceraian orang tua dan konsekuensi psikososial yang menyertainya. *Journal of Health Education*, 1(1). 1-11.
- Baron, R. (2005). *Psikologi sosial*. Erlangga.
- Bruno, F. J. (2002). *Conguer loneliness, menaklukan kesepian*. Gramedia Pustaka Utama.
- Buecker, S., Maes, M., Denissen, J. J. A., & Luhmann, M. (2020). Loneliness and the big five personality traits: A meta-analysis. *European Journal of Personality*, 34(1), 8-28. doi: 10.1002/per.2229.
- De Jong Gierveld J., Van Tilburg T. G., & Dykstra, P. A. (2006). Loneliness and social isolation. In D. Perlman & A. Vangelisti (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationship* (pp.485-500).Cambridge University Press.
- De Jong Gievelde, J., van Tilburg, T. G., & Dykstra, P. A. (2006). *Loneliness and social isolation*. Cambridge University Press.
- Dominika., & Virlia, S. (2018). Hubungan tipe kepribadian ekstrovert-introvert dengan penerimaan sosial pada siswa. *Konselor*, 7(1), 31-39. doi: 10.24036/02018718735-0-00.
- Feist, J., & Gregory J. Feist. (2008). *Theories of personality* (edisi 6.). Pustaka Pelajar.
- Gohm, C. L., & Clore, G.L. (2000). Individual differences in emotional experience mapping available scale to process. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(6), 679-679.
- Hidayati, D. S. (2018). Family functioning dan loneliness pada remaja dengan orang tua tunggal. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 6(1). 54-62. doi:10.22219/per.5432.
- Keldal, G., & Atli, A. (2016). University students personality traits as predictor of their loneliness level. *Cukurova Universitesi Egitim Fakultesi Dergisi*, 45(2), 131-134.
- King, L. (2010). *Psikologi umum*. Salemba Humanika.
- Lubis, I. R., & Yudhaningrum, L. (2020). Gambaran kesepian pada remaja pelaku self-harm. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 9(1), 14-21. DOI: <https://doi.org/10.21009/JPPP.091.03>.
- Neff, K., Hsieh, Y., & Dejitterat, K. (2005). (2005). Self-compassion, achievement goals, and coping with academic failure. *Self and Identity*, 4, 263-287.
- Neff, K.D., Kirkpatrick, K. L., & Rude, S. S. (2007). Self compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41, 139-154.
- Ramdhani, N., & Krisnani (2012). Adaptasi bahasa dan budaya inventori big five. *Jurnal Psikologi*, 39(2), 189-207.

- Rangkuti, A., & Wahyuni (2012). *Konsep dan teknik analisis data penelitian kuantitatif bidang psikologi dan pendidikan*. FIP Press.
- Safitri, A. M. (2017). Proses dan faktor yang mempengaruhi perilaku memaafkan pada remaja broken home. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 34-40.
- Srisusanti, S., & Zulkaida. (2013). Studi deskriptif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan perkawinan pada istri. *Universitas Gunadarma*, 7(6), 8-12.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kuantitatif dan r&d*. Alfabeta.
- Teppers, E., Klimstra, T. A., van Damme, C., Luyckx, K., Vanhalst, J., & Goossens, L. (2013). Personality traits, loneliness and attitudes towards alonessin adolescence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(8), 1045-1063. doi: 10.1177/0265407513481445.
- Vanhalst, J., Klimstra, T. A., Luyckx, K., Scholte, R. H. J., Engels, R. C. M. E., Goossens, L. (2012). Interplay of loneliness of depressive symptoms across adolescence: Exploring the role of personality. *J Youth Adolesc*, 41(6), 776-787. doi: 10.1007/s10964-011-9726-7.
- Yuliawati, L. S. (2006). Perubahan pada remaja tanpa ayah. *Arkhe*, 12(1), 9-19.