

# **HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN KECEMASAN PADA KARYAWAN LAJANG**

**Fitri Kusuma Dewi, Ritandiyono, SPsi., MSi)**

Skripsi, Fakultas Psikologi, 2004

Universitas Gunadarma

<http://www.gunadarma.ac.id>

kata kunci : kecemasan, kesepian, lajang

Abstraksi :

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kesepian dengan kecemasan pada karyawan lajang. Kecemasan adalah suatu perasaan khawatir, tegang dan tidak menyenangkan akibat adanya ancaman-ancaman yang belum terjadi terhadap keamanan seseorang. Kesepian adalah hasil dari kurangnya hubungan social dan merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan serta menyiksa. Sedangkan lajang adalah kehidupan pria dan wanita yang belum menikah, yang tidak terlibat dalam hubungan homoseksual dan heteroseksual, dan tidak mengalami kehidupan suami-istri secara terbuka ataupun tinggal bersama dalam satu rumah tanpa ikatan pernikahan. Hal ini sesuai dengan pendapat Stein (dalam Yuniarti 2002) kehidupan lajang adalah kehidupan pria dan wanita yang belum menikah, yang tidak terlibat dalam hubungan homoseksual ataupun heteroseksual serta tidak mengalami kehidupan suami istri secara terbuka ataupun tinggal bersama tanpa menikah. Sebab itulah masalah yang dialami karyawan yang hidup melajang pada umumnya berkisar pada bagaimana mensosialisasikan dirinya dengan lingkungan, bagaimana ia diterima oleh teman dan keluarganya serta status mereka yang berpengaruh pada kepercayaan diri mereka. Sebagian individu yang menganggap kesendirian dapat berdampak tidak baik dalam kehidupan sehari-hari yaitu menyebabkan hubungan dengan orang lain menurun sehingga menimbulkan perasaan kesepian (Kidman 1990). Kesepian juga berhubungan dengan depresi dan kecemasan dengan tanda-tanda fisik yang menyertai seperti gangguan makan atau tidur, sakit kepala dan mual (Peplau dan Perlman dalam Turnip 1997). Dalam penelitian ini skala yang digunakan adalah skala kesepian dan skala kecemasan. Skala kesepian bertujuan untuk mengungkap perasaan kesepian yang dialami pria dan wanita lajang, skala kesepian memiliki koefisien validitas 0,62615 0,9709 dan reliabilitasnya 0,9827. Sedangkan skala kecemasan uji validitasnya berkisar 0,2557 0,6307 dan reliabilitasnya sebesar 0,8619. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan suatu dasar untuk menarik hipotesis dimana ada uji

asumsi dan analisis data. Uji asumsi dibagi menjadi dua yaitu uji normalitas dengan menggunakan one sample kolmogorof-smirnof test dengan bantuan komputer SPSS ver 10.0 for windows yang menunjukkan skor kesepian dan skor kecemasan dan uji linieritas hasilnya menggunakan scatter plot dengan bantuan komputer SPSS ver 10.0 for windows berdasarkan grafik linieritas menunjukkan suatu bentuk yang linier dimana titik grafik menunjukkan bentuk yang linier. Serta menggunakan uji regresi dengan hasil yang signifikan yaitu 0,00 ( $P < 0,01$ ) menunjukkan adanya hubungan yang linier antara kesepian dengan kecemasan. Sedangkan untuk analisis data, koefisien korelasinya menggunakan product moment diperoleh hasil bahwa  $r = 0,468$  dengan signifikansi 0,00 ( $P, 0,01$ ). Pada skala kesepian mean empirik sebesar 169,3 sementara mean hipotetik sebesar 141 dan standar deviasinya sebesar 29,0707, skala kecemasan mean empirik sebesar 165,6 sementara mean hipotetiknya sebesar 144 dan standar deviasinya sebesar 27,0401. Berdasarkan penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan yang positif dan sangat signifikan antara kesepian dengan kecemasan, maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan antara kesepian dengan kecemasan pada karyawan lajang.