

HUBUNGAN KETERGANTUNGAN EMOSI DAN KESEPIAN PADA EMERGING ADULTHOOD YANG MENJALANI PACARAN JARAK JAUH

Denisa Fredella, Tiara Diah Sosialita

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga

Email: denisa.fredella-2019@psikologi.unair.ac.id, tiarasosialita@psikologi.unair.ac.id

Abstract

Emerging adulthood those who are dating long distance feel insecure in their relationship and result in decreased emotional closeness which impacts on the level of loneliness. This study aims to determine the relationship between emotional dependency and loneliness in emerging adulthood who are in a long-distance relationship. Emotional dependence is a persistent pattern of unmet emotional needs that are attempted to be satisfied in a way that is not adaptive to others. Loneliness occurs when emotional and social needs are not met. This study uses a quantitative approach to the survey method. Participants in this study consisted of 156 emerging adults aged 18-25 years who underwent long-distance courtship. The measuring instrument used was The University of California, Los Angeles Loneliness Scale Version 3 (UCLA Version 3) and Partner's Emotional Dependency Questionnaire. which has been adapted into Indonesian. Data analysis used the Pearson's product moment correlation test with the help of SPSS 27 for Mac. The results of the research data analysis showed that the correlation coefficient between emotional dependence and loneliness in emerging adulthood who underwent long-distance courtship was 0.226, with a significance level of 0.004 ($p > 0.05$). These results indicate that there is a positive and significant relationship, which means that the higher the emotional dependency, the higher the loneliness of emerging adults who undergo long-distance courtship.

Keyword: *Emerging Adulthood, Loneliness, Emotional Addiction, Loneliness, Long Distance Dating.*

Abstrak

*Emerging adulthood yang menjalani pacaran jarak jauh merasa tidak aman dalam hubungannya dan mengakibatkan kedekatan emosional menurun yang berdampak pada tingkat kesepian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara ketergantungan emosi dan kesepian pada *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh. Ketergantungan emosi merupakan pola yang persisten dari kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi yang dicoba dipenuhi dengan cara yang tidak adaptif dengan orang. Kesepian terjadi ketika adanya kebutuhan emosional dan sosial tidak terpenuhi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Partisipan pada penelitian ini terdiri dari 156 emerging adulthood berusia 18-25 tahun yang menjalani pacaran jarak jauh. Alat ukur yang digunakan adalah *The University of California, Los Angeles Loneliness Scale Version 3 (UCLA Version 3)* dan *Partner's Emotional Dependency Questionnaire*. yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia.*

Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson's product moment dengan bantuan *SPSS 27 for Mac*. Hasil analisis data penelitian diperoleh koefisien korelasi antara ketergantungan emosi dan kesepian *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh sebesar 0.226, dengan taraf signifikansi sebesar 0.004 ($p > 0.05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bersifat positif dan signifikan yang berarti semakin tinggi ketergantungan emosi, maka semakin tinggi pula kesepian *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh.

Kata Kunci: *Emerging Adulthood*, Kesepian, Ketergantungan Emosi, Kesepian, Pacaran Jarak Jauh.

Diserahkan: 20-08-2023;

Diterima: 05-09-2023;

Diterbitkan: 20-09-2023

PENDAHULUAN

Emerging adulthood merupakan sebutan untuk transisi masa remaja dan masa dewasa muda dimana sebuah tahap perkembangan dari remaja akhir hingga 20-an atau yang berlangsung pada usia 18-25 tahun (Arnett, 2000). *Emerging adulthood* tidak melihat diri mereka sebagai remaja, namun juga tidak melihat diri mereka sebagai orang yang sepenuhnya dewasa, atau menurut (Olenik-Shemesh, Heiman, & Keshet, 2018) dalam menanggapi Arnett, *emerging adulthood* merupakan masa "*feeling in between*". Masa ini menuntun individu untuk menjauh dari fase remaja dan mulai bertanggung jawab atas diri sendiri, namun tetap terikat dengan orang tua, keluarga, dan teman terdekat. *Emerging adulthood* tidak bisa dimasukkan ke tahapan perkembangan remaja karena pada fase ini, individu memiliki kemandirian untuk memutuskan keputusan dan masih adanya ketidakstabilan finansial yang menyebabkan individu di usia ini masih bergantung pada orangtua.

(Arnett & Tanner, 2006) menyebutkan *emerging adulthood* adalah usia mengeksplorasi diri terutama cinta dan pekerjaan serta masa dimana komunikasi dan afeksi dari orang tua mulai berkurang (Parra, Oliva, & Reina, 2015) serta individu usia *emerging adulthood* melakukan eksplorasi diri secara mandiri, tanpa bantuan dari keluarga. Kedua ciri-ciri *emerging adulthood* tersebut mendukung adanya proses eksplorasi dan membangun hubungan romantis dengan lawan jenis. Hubungan romantis pada *emerging adulthood* seringkali dikaitkan dengan hubungan "pacaran".

Secara teori, terdapat dua tipe hubungan pacaran berdasarkan jaraknya. Menurut (David & Hampton, 2004) yaitu *Proximal Relationship* (PR) dan *Long Distance Relationship* (LDR). Hubungan jarak dekat atau *proximal relationship* berarti individu dengan pasangannya tidak dipisahkan oleh jarak secara fisik sehingga terdapat kemungkinan kedekatan secara fisik. *Long Distance Relationship* adalah ketika pasangan yang menjalin hubungan pacaran berada pada satu lokasi atau daerah yang sama (satu kota) dimana pasangan dapat dengan lebih mudah bertemu. Hubungan jarak jauh atau *Long Distance Relationship* (LDR) dapat dipahami sebagai hubungan pacaran dengan adanya jarak secara fisik karena berada di dua lokasi atau daerah yang berbeda.

Secara umum, individu yang menjalani pacaran jarak jauh memiliki frekuensi bertemu yang minim dengan pasangan. Selain itu, adanya kebutuhan aspek *trust* atau

kepercayaan antar pasangan, dimana hal ini menjadi esensial untuk membuat individu dapat mencintai dan merasa tenang dalam menjalani hubungan jarak jauh. Ketika dalam hubungan adanya kecurigaan, akan menimbulkan ketidaknyamanan dan kurangnya rasa kontrol dalam diri individu.

Komitmen yang terjadi pada pacaran jarak jauh ditinjau dari sudut pandang *gender*, berdasarkan survei yang dilakukan (Henry & Stephens, 2013) bahwa wanita lebih yakin akan kesetiaan mereka daripada pria (57% vs pria 42%), dan juga yang mengaku pernah/sedang selingkuh/*friendzone* di antara pria dibanding wanita (total 32% vs wanita 22%) dalam menjalani pacaran jarak jauh, sehingga pada fenomena pacaran jarak jauh, komitmen dalam hubungan berbeda-beda dan adanya konsekuensi risiko perselingkuhan. Menanggapi hal tersebut dari sudut pandang komitmen, individu yang memiliki komitmen kuat dalam hubungan romantis tingkat kesepian rendah, sementara individu dengan tingkat komitmen lemah atau keraguan terhadap komitmen dapat meningkatkan risiko kesepian (Fried et al., 2020); (Luhmann & Hawkley, 2016)). Maka dari itu, tingkat komitmen dari suatu hubungan pacaran jarak jauh dapat berisiko terhadap tingkat kesepian.

Kesepian menurut Weiss dalam (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 1999) bahwa di dalam perasaan kesepian terdapat dua komponen yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Terdapat korelasi positif antara kesepian romantis dan sosial. Kesepian emosional terjadi ketika tidak adanya ikatan yang dekat atau intim dengan seseorang sehingga tidak dapat bergantung kepada siapa pun dan adanya ketidakpuasan dalam hubungan. Sejalan dengan (DeFrain & Olson, 2006), bahwa pada fenomena pacaran, jika kebutuhan akan koneksi emosional yang kuat dengan pasangan tidak terpenuhi dapat berdampak pada tingkat kesepian.

Seseorang yang merasakan kesepian secara emosional, selalu menilai orang lain berdasarkan potensi mereka sebagai “penyedia hubungan” atau seseorang yang memfasilitasi dirinya agar terlibat dalam hubungan intim yang dapat mereduksi kesepian. Sedangkan individu yang mengalami kesepian sosial cenderung timbul perasaan bosan sehingga dalam mengatasi kesepian sosial, individu tersebut berusaha mencari kegiatan atau aktivitas yang dapat mengisi kekosongan dengan terlibat secara sosial, mencari kelompok sosial yang dapat memberikan rasa penerimaan dan keanggotaan.

Berdasarkan teori, hubungan romantis pada individu usia *emerging adulthood* seharusnya proses pacaran menjadi lebih intim dan lebih berfokus pada kedekatan emosional dan kedekatan fisik yang bisa didapatkan dari hubungan romantis (Arnett, 2000). Hubungan romantis pada *emerging adulthood* cenderung memungkinkan untuk tinggal bersama dan adanya kedekatan seksual (Arnett, 2000); Micheal, Gagnon, Laumann, & Kolata, 1995). Relasi romantis yang terjadi pada *emerging adulthood* mulai berubah menjadi lebih serius dengan melibatkan komitmen dalam menjalani yang akhirnya mengarah pada pernikahan (Arnett, 2014). Namun terdapat kesenjangan antara tugas perkembangan eksplorasi hubungan romantis pada individu *emerging adulthood* dengan kenyataan yang ada di lapangan. Proses pacaran *emerging adulthood*

di lapangan, Proses pacaran tidak terfokus pada kedekatan fisik, adanya fenomena pacaran jarak jauh yang ditemukan dalam eksplorasi hubungan romantis. Pacaran jarak jauh berisiko pada penurunan kedekatan emosional yang disebabkan oleh kurangnya komunikasi terbuka, kurangnya kepercayaan, serta kemampuan untuk saling memahami dan mendukung satu sama lain, ketidakdekatan hubungan emosional tersebut dapat berdampak pada tingkat kesepian. Hal tersebut didukung oleh (Borschel et al., 2019) bahwa jarak fisik dengan pasangan dikaitkan dengan penurunan kedekatan emosional dengan pasangan, hal ini ditandai oleh adanya kemungkinan ketidakpercayaan yang kuat antara pasangan dan munculnya perasaan tidak aman.

Melihat kondisi tersebut, munculnya perasaan tidak aman mengakibatkan menurunnya kedekatan emosional dengan pasangan yang berdampak pada kesepian. Individu yang merasakan perasaan tidak aman tersebut, melakukan upaya pemenuhan kebutuhan emosional dengan mengandalkan pasangannya serta bergantung pada pasangannya untuk mereduksi perasaan tidak aman dan agar dapat terhubung secara emosional dengan pasangan. Berdasarkan paparan yang telah dijabarkan, pacaran jarak jauh mampu menyebabkan individu *emerging adulthood* mengalami kesepian emosional dan kesepian sosial, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor penting dari kesepian. Hal tersebut membuat penulis merasa tertarik untuk mempelajari mengenai faktor yang berhubungan dengan kesepian pada fase *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan adalah menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian ini akan mengukur mengenai hubungan antar dua variabel, sehingga desain penelitian ini akan menggunakan desain penelitian korelasional. Kemudian menguji hubungan kausal antar variabel setelah data terkumpul (Lawrence Neuman, 2014). Teknik pengambilan data pada penelitian kuantitatif adalah dengan melakukan survei. Teknik survei merupakan metode dengan memberikan pertanyaan pada partisipan penelitian yang dapat dihubungkan lewat kuesioner tertulis, telepon, dan wawancara personal. Kemudian setelah data terkumpul akan dilakukannya uji hipotesis antar variabel.

Dalam Penelitian ini untuk mengetahui hubungan ketergantungan emosi dengan kesepian pada *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh, maka variabel penelitian terdiri dari:

1. Variabel Independen (X): Ketergantungan Emosi
2. Variabel dependen (Y): Kesepian

Pengumpulan data dilaksanakan secara online dengan cara mengisi *google form* yang telah disebarluaskan melalui media sosial *instagram*, *tiktok*, *whatsapp*, dan *twitter* pada 11 April 2023 hingga 14 April 2023. Terdapat 166 pengisi yang tercatat, akan tetapi hanya 156 responden yang memenuhi syarat untuk menjadi partisipan penelitian ini. Sepuluh responden dianggap gugur disebabkan karena tidak memenuhi rentang usia pada kriteria subjek dan tidak menjawab pertanyaan kuesioner. Penelitian ini berhasil

meraih batas minimal jumlah sampel, yaitu 84 orang, berdasarkan hasil analisis APriori dengan *t test Correlation: Point biserial model* yang dihitung dengan bantuan Gpower version 3.1.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kategorisasi Subjek

Berdasarkan kuisioner yang telah diberikan kepada 156 orang responden, untuk mengetahui kategori manakah data partisipan yang mengikuti penelitian jatuh, Maka dilakukan penormaan guna mengetahui kategorisasi ketergantungan emosi dan kesepian. Penelitian melakukan kategorisasi skor pada masing-masing variabel dengan membagi skor yang dihasilkan untuk setiap variabel menjadi 3 kelompok norma, yakni rendah, sedang, dan tinggi. Berikut merupakan rumus (Azwar, 2012) yang digunakan untuk membuat kategori. Berikut ini merupakan tabel penormaan yang telah dilakukan:

Tabel 1. Norma Kategori Tingkat Kesepian

Nama Kategorisasi	Kategori
$X < M - SD$	Rendah
$(M - SD) \leq X < (M + SD)$	Sedang
$M + SD \leq X$	Tinggi

Kategorisasi variabel kesepian dan ketergantungan emosi dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Kategorisasi Variabel Penelitian (N = 156)

Norma Kategorisasi	Kategorisasi	Frekuensi	Presentase
Kesepian			
$X < 41,43$	Rendah	30	19.2%
$(41,43) \leq X < (67,59)$	Sedang	99	63.5%
$X > (67,59)$	Tinggi	27	17.3%
Ketergantungan Emosi			
$X < 25,79$	Rendah	24	15.4%
$(25,79) \leq X < (53,55)$	Sedang	109	69.9%
$X > (53,55)$	Tinggi	23	14.7%

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa sebanyak 30 partisipan (19.2%) individu *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh sebanyak 30 partisipan mengalami kesepian rendah, sebanyak 99 partisipan (63.5%) *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh mengalami kesepian sedang dan sebanyak 27 (17.3%) *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh mengalami kesepian tinggi.

Sedangkan pada kategorisasi ketergantungan emosi pada pasangan, sebanyak 24 (15.4%) individu *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh mengalami tingkat ketergantungan emosi rendah, sebanyak 109 (69.9%) individu *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh mengalami tingkat ketergantungan emosi sedang, dan 23 (14.7%) individu *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh mengalami tingkat ketergantungan emosi tinggi.

Tabel 3. Uji Analisis Deskriptif

Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	St. Deviasi
Total Y	156	27	74	54.51	13.079
Total X	156	7	84	39.63	13.870

Uji analisis deskriptif menunjukkan bahwa nilai minimum data empirik pada kesepian ialah 27, sedangkan nilai minimum data empirik dari ketergantungan emosi adalah 7. Di sisi lain nilai maksimum data empirik yang diperoleh pada kesepian ialah 74, dan nilai maksimum data empirik ketergantungan emosi adalah 84. Mean empirik yang ditemukan pada kesepian ialah 54.51 dan pada ketergantungan emosi 39.63. Pada standar deviasi, kesepian menunjukkan angka 13.079 sedangkan ketergantungan emosi memunculkan nilai 13.870.

2. Uji Normalitas

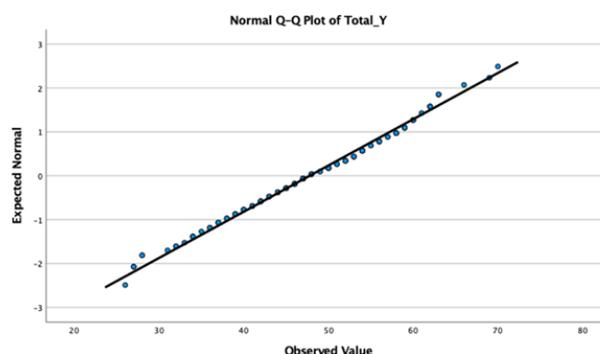
Uji normalitas yang digunakan bertujuan untuk mengetahui persebaran data apakah data bersifat normal atau tidak normal. Uji normalitas menjadi salah satu syarat untuk menentukan apakah data merupakan data parametrik. Pada penelitian ini, dilakukan menggunakan teknik Shapiro-Wilk.

Tabel 6. Uji Normalitas

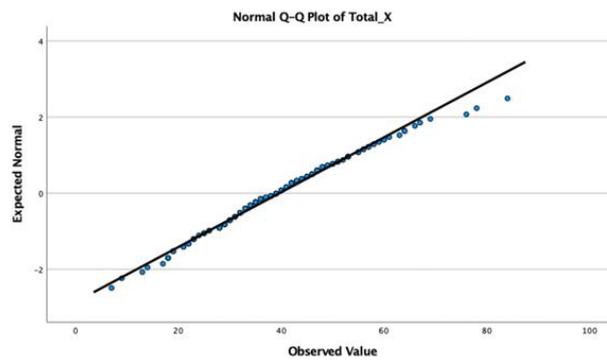
	Statistic	Sig.
Saphiro-Wilk		
Kesepian	.998	.203
Ketergantungan Emosi	.989	.254

Diketahui bahwa nilai Sig. pada Teknik *Shapiro-Wilk* dari data kesepian adalah 0.203 yang artinya residual data bersifat normal karena lebih besar dari alpha (0.05). Selanjutnya, uji normalitas pada ketergantungan emosi, diketahui bahwa nilai Sig. pada *Shapiro-Wilk* dari data ketergantungan emosi adalah 0.254 yang artinya residual data bersifat normal karena lebih besar dari alpha (0.05).

Pada gambar 1 dan 2 menunjukkan sebaran data secara visual yang berarti bahwa sebagian besar residu menyebar sepanjang garis diagonal. Hal ini mengindikasikan normalitas sebaran residu. Sehingga hubungan antara *self-esteem* dan *body image* akan diuji menggunakan metode parametrik *Pearson correlation*.



Gambar 1. Hasil Uji Normalitas Kesepian



Gambar 2. Hasil Uji Normalitas Ketergantungan Emosi

2. Uji Linearitas

Berdasarkan uji linearitas, diketahui nilai Sig. *Deviation from Linearity* sebesar $0.756 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara ketergantungan emosi dengan kesepian.

Tabel 7. Uji Linearitas

ANOVA Table				
		df	F	Sig.
Total X * Total Y	Between Groups (Combined)	53	.972	.538
	Linearity	1	7.869	.006
	Deviation from Linearity	52	.839	.759
	Total	156		

3. Uji Hipotesis

Dikarenakan hasil uji normalitas data menunjukkan distribusi yang normal, dan terdapat hubungan linier yang signifikan berdasarkan hasil uji linieritas. Maka dari itu data termasuk ke dalam jenis parametrik. Dengan begitu, teknik yang digunakan untuk uji hipotesis ialah *Pearson Correlation*. Untuk mengetahui tingkat keeratan hubungan antar variabel yang dinyatakan dengan koefisien korelasi (r) maka dilakukannya uji korelasi *pearson*. Hasil uji korelasi dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8. Uji Hipotesis

Ketergantungan Emosi (X)	<i>Pearson Correlation</i>	Sig.	N	Ket.
Kesepian	.226	0.004	156	Signifikan Positif

Berdasarkan uji korelasi diketahui nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0.004 < 0,05$ atau kurang dari $0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang berkorelasi antara variabel ketergantungan emosi dengan kesepian pada *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh. Selanjutnya berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa nilai koefisien sebesar $0,226$ yang berarti nilai tersebut masuk dalam kategori koefisien korelasi rendah dengan maksud arah hubungan kedua variabel bersifat positif atau searah. Dengan kata lain, apabila variabel ketergantungan emosi tinggi maka kesepian juga tinggi, begitu pula sebaliknya.

Hasil uji korelasi menunjukkan terdapat hubungan positif antara ketergantungan emosi dan kesepian, sehingga H_a berhasil diterima.

4. Hubungan Ketergantungan Emosi dengan Kesepian pada Pacaran Jarak Jauh

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara ketergantungan emosi dan kesepian pada *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh. Hasil analisis menunjukkan bahwa ketergantungan emosi berkorelasi positif dan signifikan dengan kesepian ($r = 0.226$, $p = 0.004$). Sehingga berdasarkan hasil analisis uji hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat ketergantungan emosi maka semakin tinggi kesepian pada *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh. Begitupun sebaliknya, jika tingkat ketergantungan emosi rendah maka kesepian semakin rendah.

Penelitian ini menyatakan bahwa terdapat 30 (19,2%) partisipan memiliki tingkat kesepian tinggi dan sebanyak 99 (63,5%) partisipan memiliki tingkat kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan hampir keseluruhan memiliki tingkat kesepian sedang, yang mana pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Barreto et al., 2021) bahwa *Emerging adulthood* merupakan periode dalam kehidupan di mana tingkat kesepian mencapai puncaknya. Hasilnya juga terdapat 24 (15,4%) partisipan dengan tingkat ketergantungan emosi pada pasangan rendah dan sebanyak 109 (69,9%) partisipan dengan tingkat ketergantungan emosi pada pasangan sedang. *Emerging adulthood* merupakan periode yang sangat rentan terhadap timbulnya perilaku seperti ketergantungan, karena karakteristiknya yang melibatkan tingkat stres dan tantangan lingkungan yang lebih tinggi dapat meningkatkan perilaku adiktif (Arnett, 2005); (Calvete & ESTVEZ, 2009); (Wills, 1986). Ketergantungan emosional pada pasangan menurut Schaeffer (1998) merupakan kecanduan cinta. Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Hasan (2016) Individu yang mengalami tingkat kesepian dan isolasi sosial tinggi cenderung bergantung dengan pasangan Individu-individu.

Korelasi positif antara kesepian dan ketergantungan romantis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang melekat atau *clingy* (didefinisikan sebagai nyaman dengan kedekatan tetapi tidak mandiri, dan tidak berkeinginan untuk "bergabung" dengan yang lain) lebih kesepian daripada individu yang lebih *secure* (didefinisikan sebagai kenyamanan dengan kedekatan dan kemandirian) dalam hubungan mereka (Moore & Leung, 2002). Namun, berdasarkan paparan sebelumnya, kedua variabel memiliki keeratan hubungan yang lemah, sehingga dapat dikatakan bahwa ketergantungan emosi tidak memberikan korelasi yang erat pada kesepian. Lemahnya hubungan kedua variabel dipengaruhi oleh ketidak adanya variabel *mediator* yang dapat mempengaruhi teknis pengambilan data. Teori kesepian yang digunakan tidak secara spesifik menyebutkan kaitannya dengan variabel *independent*. Seharusnya terdapat faktor yang mampu mediasi dalam membentuk kedua hubungan tersebut yaitu *attachment*. Gaya cinta manik cenderung merasa tidak yakin dengan diri mereka dalam hubungan dan cenderung bergantung pada validasi dari pasangan romantis mereka (Arnold & Thompson, 1996); (Hendrick & Hendrick, 1986). Sejalan dengan penelitian

Hubungan Ketergantungan Emosi dan Kesepian pada *Emerging Adulthood* yang Menjalani Pacaran Jarak Jauh

(Hazan & Shaver, 1987) bahwa ketergantungan emosi pada pasangan berkorelasi positif dengan kelekatan. Sedangkan kelekatan juga menjadi salah satu faktor dari kesepian. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa faktor tersebut berperan penting untuk mengetahui hubungan kesepian dan ketergantungan emosi pada pasangannya.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara ketergantungan emosi pada pasangan dan kesepian pada *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara ketergantungan emosi dan kesepian. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi ketergantungan emosi yang dimiliki oleh *emerging adulthood* yang menjalani pacaran jarak jauh, semakin tinggi pula tingkat kesepian.

BIBLIOGRAFI

- Arnett, Jeffrey Jensen. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469.
- Arnett, Jeffrey Jensen. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Issues*, 35(2), 235–254.
- Arnett, Jeffrey Jensen. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Arnett, Jeffrey Jensen, & Tanner, Jennifer Lynn. (2006). *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century*. American Psychological Association Washington, DC.
- Arnold, Margery E., & Thompson, Bruce. (1996). Love style perceptions in relation to personality function. *Journal of Social Behavior and Personality*, 11(3), 425.
- Azwar, Syaifuddin. (2012). Penyusunan Skala Psikologi Jilid 2. *Yogyakarta: Pustaka Belajar*.
- Barreto, Manuela, Victor, Christina, Hammond, Claudia, Eccles, Alice, Richins, Matt T., & Qualter, Pamela. (2021). Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 169, 110066.
- Borschel, Elisabeth, Zimmermann, Julia, Crocetti, Elisabetta, Meeus, Wim, Noack, Peter, & Neyer, Franz J. (2019). Me and you in a mobile world: The development of regional identity and personal relationships in young adulthood. *Developmental Psychology*, 55(5), 1072.
- Calvete, Esther, & ESTVEZ, A. N. A. (2009). Consumo de drogas en adolescentes: El papel del estrs, la impulsividad y los esquemas relacionados con la falta de lmites. *Adicciones*, 21(1), 49–56.
- David, P., & Hampton, J. R. (2004). The Effect of Communication On Satisfaction In Long Distance And Proximal Relationships Of College Students. *Chicago: Loyola University. Diakses Dari Http://Www. Webclearinghouse. Net, 4*.
- De Jong Gierveld, Jenny, & Van Tilburg, Theo. (1999). Living arrangements of older adults in the Netherlands and Italy: Coresidence values and behaviour and their consequences for loneliness. *Journal of Cross-Cultural Gerontology*, 14, 1–24.
- DeFrain, John, & Olson, David. (2006). 1. Desafos y fortalezas de la familia y la pareja en Estados Unidos de Amrica. *Fortalezas y Desafos de Las Familias En Dos Contextos: Estados Unidos de Amrica y Mxico*, 33.
- Fried, Linda, Prohaska, Thomas, Burholt, Vanessa, Burns, Annette, Golden, Jeannette, Hawkley, Louise, Lawlor, Brian, Leavey, Gerard, Lubben, Jim, & O’Sullivan, Roger. (2020). *A unified approach to loneliness*.
- Hazan, Cindy, & Shaver, Phillip. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511.
- Hendrick, Clyde, & Hendrick, Susan. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(2), 392.
- Henry, James Paget, & Stephens, Patricia M. (2013). *Stress, health, and the social environment: A sociobiologic approach to medicine*. Springer Science & Business Media.
- Lawrence Neuman, W. (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches W. Lawrence Neuman*. Pearson New International Edition.
- Luhmann, Maike, & Hawkley, Louise C. (2016). Age differences in loneliness from late adolescence to oldest old age. *Developmental Psychology*, 52(6), 943.

Hubungan Ketergantungan Emosi dan Kesepian pada *Emerging Adulthood* yang
Menjalani Pacaran Jarak Jauh

- Moore, Susan, & Leung, Cynthia. (2002). Young people's romantic attachment styles and their associations with well being. *Journal of Adolescence*, 25(2), 243–255.
- Olenik-Shemesh, Dorit, Heiman, Tali, & Keshet, Noam S. (2018). The role of career aspiration, self-esteem, body esteem, and gender in predicting sense of well-being among emerging adults. *The Journal of Genetic Psychology*, 179(6), 343–356.
- Parra, Agueda, Oliva, Alfredo, & Reina, Maria del Carmen. (2015). Family relationships from adolescence to emerging adulthood: A longitudinal study. *Journal of Family Issues*, 36(14), 2002–2020.
- Wills, Thomas A. (1986). Stress and coping in early adolescence: relationships to substance use in urban school samples. *Health Psychology*, 5(6), 503.
-

First publication right:

Jurnal Syntax Fusion: Jurnal Nasional Indonesia

This article is licensed under:

