

DINAMIKA PSIKOLOGIS KESEPIAN PADA ORANG TUA TUNGGAL

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan
Program Strata Satu Psikologi (S.Psi)



Oleh :

Aldila A'izzatun Hawa
11010121003

Dosen Pembimbing :

Syafruddin Faisal Thohar, M.Psi., Psikolog
NIP. 198505092020121008

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2025**

HALAMAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Dinamika Psikologis Kesepian Pada Orang Tua Tunggal” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi. Sejauh pengetahuan saya, tidak ada karya atau opini yang serupa atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali yang telah dikutip secara tertulis dalam naskah ini dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 18 Juni 2025



Aldila A'izzatun Hawa

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Dinamika Psikologis Kesepian Pada Orang Tua Tunggal

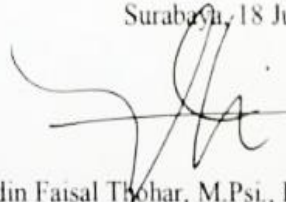
Oleh :

Aldila A'izzatun Hawa

11010121003

Telah Disetujui untuk Diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 18 Juni 2025



Syafruddin Faisal Thohar, M.Psi., Psikolog
NIP. 198505092020121008

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
DINAMIKA PSIKOLOGIS KESEPIAN PADA ORANG TUA TUNGGAL

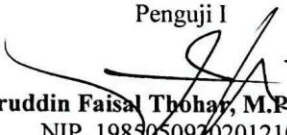
Yang disusun oleh
Aldila A'izzatun Hawa
11010121003

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada Tanggal 18 Juni 2025

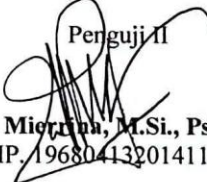
Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. Dik Khoirun Niam
NIP. 1907251996031004

Susunan Tim Penguji
Penguji I


Syafruddin Faisal Thohar, M.Psi., Psikolog
NIP. 198305092020121008

Penguji II


Dr. Mierdina, M.Si., Psikolog
NIP. 196804132014112001

Penguji III


M. Fahmi Aufar Asyraf, B.Ed., M.A.
NIP. 199109302020121012

Penguji IV


Dr. Lufiana Hannany Utami, S.Pd, M.Si
NIP. 197602272009122001



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax. 031-8413300
E-Mail: perpustakaan@uin-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSetujuan PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ALDILA A'IZZATUN HAWA
NIM : 11010121003
Fakultas/Jurusan : PSIKOLOGI & KESEHATAN / PSIKOLOGI
E-mail address : aldila.ge@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

"DINAMIKA PSIKOLOGIS KESEPIAN PADA ORANGTUA
TUNGGAL"

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengolah media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 11 Februari 2026

Penulis

(ALDILA A'IZZATUN HAWA)

Warta Cipta dan Ismail Sunjaya

DAFTAR ISI

HALAMAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
INTISARI	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II	15
KAJIAN PUSTAKA	15
A. Kesepian (<i>Loneliness</i>)	15
1. Definisi Kesepian.....	15
2. Ciri-Ciri dari Kesepian.....	16
3. Faktor-Faktor dari Kesepian.....	17
4. Aspek-Aspek Kesepian	18
B. Orang Tua Tunggal	19
1. Pengertian Orang Tua Tunggal.....	19
2. Faktor Penyebab Orang Tua Tunggal.....	20
3. Macam-Macam Orang Tua Tunggal	21
C. Perspektif Teoritis.....	22
BAB III.....	24
METODE PENELITIAN	24
A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	24
1. Jenis Penelitian.....	24

2. Lokasi Penelitian.....	25
3. Sumber Data.....	25
4. Cara Pengumpulan Data.....	26
5. Prosedur Analisis dan Interpretasi Data	28
6. Keabsahan Data	30
BAB IV	32
HASIL DAN PEMBAHASAN	32
A. Deskripsi Subjek	32
B. Hasil Penelitian.....	37
1. Deskripsi Temuan Penelitian.....	37
Tabel 4.1 Hasil Temuan Subjek.....	37
2. Hasil Analisis Data.....	43
BAB V.....	56
KESIMPULAN DAN SARAN	56
A. Kesimpulan.....	56
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	62

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Hasil Temuan Subjek	37
-------------------------------------	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dinamika psikologis kesepian pada orang tua tunggal melalui tiga aspek utama, yakni kognitif, afektif, dan konatif. Fokus penelitian diarahkan pada bagaimana individu memaknai dan memersepsikan hubungan sosial yang tidak lagi terpenuhi (aspek kognitif), emosi yang muncul akibat pengalaman kesepian (aspek afektif), serta perilaku atau strategi yang digunakan untuk menghadapi kesepian (aspek konatif). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam terhadap satu partisipan yang merupakan orang tua tunggal lansia di Desa Wirobiting, Kecamatan Prambon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada aspek kognitif, partisipan mengalami konflik internal antara harapan dan realitas sosial yang dijalannya, serta cenderung mengidealisasi masa lalu. Pada aspek afektif, muncul perasaan sedih, hampa, dan cemas yang berulang, terutama saat malam hari, menunjukkan tekanan emosional yang konsisten meskipun belum mengarah pada depresi berat. Sementara itu, pada aspek konatif, partisipan cenderung menarik diri dari lingkungan sosial, namun tetap berupaya menjaga keseimbangan psikologis melalui aktivitas rumah tangga dan interaksi terbatas dengan tetangga. Kesepian pada orang tua tunggal tidak hanya bersumber dari kondisi fisik tinggal sendiri, tetapi juga berasal dari keterputusan psikologis, kehilangan peran sosial, serta ketidakmampuan untuk memaknai ulang fase kehidupan baru secara adaptif. Pengalaman kesepian ini bersifat multidimensional dan mencerminkan keterkaitan antara cara berpikir, kondisi emosi, dan pola perilaku dalam menyikapi perubahan relasi sosial.

Kata kunci: Kesepian, Orang Tua Tunggal, Dinamika Psikologis.

ABSTRACT

This study aims to reveal the psychological dynamics of loneliness in single parents through three main aspects, namely cognitive, affective, and conative. The focus of the study is directed at how individuals interpret and perceive social relationships that are no longer fulfilled (cognitive aspect), emotions that arise due to the experience of loneliness (affective aspect), and behavior or strategies used to deal with loneliness (conative aspect). This study uses a qualitative approach with an in-depth interview method with one participant who is an elderly single parent in Wirobiting Village, Prambon District. The results of the study showed that in the cognitive aspect, participants experienced internal conflict between expectations and the social reality they experienced, and tended to idealize the past. In the affective aspect, feelings of sadness, emptiness, and anxiety emerged that were repeated, especially at night, indicating consistent emotional stress although it had not yet led to severe depression. Meanwhile, in the conative aspect, participants tended to withdraw from the social environment, but still tried to maintain psychological balance through household activities and limited interaction with neighbors. Loneliness in single parents does not only come from the physical condition of living alone, but also from psychological disconnection, loss of social roles, and the inability to reinterpret the new phase of life adaptively. This experience of loneliness is multidimensional and reflects the relationship between ways of thinking, emotional conditions, and behavioral patterns in responding to changes in social relations.

Keywords: *Loneliness, Single Parent, Psychological Dynamics*

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, S. K., & Abdullah, E. S. P. S. (2021). Hubungan Antara Kesepian (Loneliness) dengan Self Disclosure pada Mahasiswa Universitas Teknologi Sumbawa yang Menggunakan Sosial Media (Instagram). *Jurnal Tambora*, 5, 40–45.
- Anelda Ultavia B, Putri Jannati, Fildza Malahati, Qathrunnada, & Shaleh. (2023). Kualitatif: Memahami Karakteristik Penelitian Sebagai Metodologi. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(2), 2023. <https://doi.org/https://doi.org/10.46368/jpd.v11i2.902>
- Arnild Augina Mekarisce. (2020). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 145–151. <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i3.102>
- Assyakurrohim, D., Ikhrum, D., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Metode Studi Kasus dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer*, 3(01), 1–9. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1951>
- Azizah, A. N., & Rahayu, S. A. (2016). Hubungan Self-Esteem dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian pada Lansia. Dalam *Jurnal Penelitian Psikologi* (Vol. 07, Nomor 02).
- Balázsová, M., Gallová, I., Praško, J., Šlepecký, M., & Kotianová, A. (2017). Family Environment as Predictor of Adolescents' Loneliness. *European Psychiatry*, 41(S1), S82–S82. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2017.01.259>
- Cantika Noorsyarifa, G., & Santoso, M. B. (2023). Fungsi Keluarga dalam Pencegahan Kenakalan Remaja. <https://doi.org/10.45814/share.v13i1.45814>
- Dafnaz, H. K., & Effendy, E. (2020). Hubungan Kesepian dengan Masalah Psikologis dan Gejala Gangguan Somatis pada Remaja. *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal*, 2(1), 6–13. <https://doi.org/10.32734/scripta.v2i1.3372>
- Darmanto, E. E. D., & Wati, L. (2024). Studi Kasus: Gambaran Resiliensi pada Ibu Tunggal dengan Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 8(2), 230–238.
- Deavy, O., & Siregar, A. O. A. (2024). Family Function and Loneliness Among Adolescents and Young Adulthood: Systematic Review. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology*, 2(7).
- Fajri, J. S. A., & Indrawati, E. S. (2024). Studi Fenomenologis Tentang Pengalaman Single Parent Mother pada Usia Dewasa Madya. *Jurnal EMPATI*, 13(3), 74–83. <https://doi.org/10.14710/empati.2024.41548>
- Fibria Nugrahani, R., & Charisma Fitri, W. (2023). Pola Asuh Orangtua Single Parents. Dalam *PSIKODINAMIKA : JURNAL LITERASI PSIKOLOGI* (Vol. 3, Nomor 2).
- Hanifah, H., Maydinar, D. D., & Marsiah, M. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kesepian (Loneliness) pada Lansia di Puskesmas Karang Dapo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(2). <https://doi.org/10.57084/jiksi.v2i2.802>
- Hayundaka, A. H., & M. Salis Yuniardi. (2023). Pengaruh harga diri terhadap kesejahteraan psikologis dan kesepian pada Mahasiswa. *Psychological Journal: Science and Practice*, 3(2), 171–176. <https://doi.org/10.22219/pjps.v3i2.28365>

- Hidayat, A. A., Permata, A. M. I., Eka, A. J. I., Awalinni, A., & Qoyyimah, N. R. H. (2022). Analisis Eksplorasi Penyebab dan Dampak Loneliness pada Lansia Wanita yang Tinggal di Perkotaan. *Flourishing Journal*, 2(3), 193–200. <https://doi.org/10.17977/um070v2i32022p193-200>
- Hutasoit, I. T. M. br, & Brahmana, K. M. B. (2021). Single mother role in the family. *Education and Social Sciences Review*, 2(1), 27. <https://doi.org/10.29210/07essr208800>
- Indah Asmarany, A., & Syahlaa, N. S. (2019). *Hubungan Lonelines dan Problematic Internet Use Remaja Pengguna Sosial Media*.
- K, H., & Aquinas, P. G. (2024). Loneliness, Depression and Decreased Life Satisfaction among Institutionalised Single Mothers. *Asian Journal of Education and Social Studies*, 50(10), 219–227. <https://doi.org/10.9734/ajess/2024/v50i101614>
- Kalalo, R. T. (2024). The Role and Function of Single Parents in Special Needs Children to Combat Loneliness. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 13(S1), 119–124. <https://doi.org/10.20473/jps.v13iS1.62669>
- Krisnawati, E., & Soetjningsih, C. H. (2017). *Hubungan Antara Kesepian dengan Selfie-Liking pada Mahasiswa* (Vol. 16, Nomor 2).
- Kurniadi, B. B., & Sinaga, S. K. (2024). Peran Orang Tua Tunggal (Single Parent) dalam Menanamkan Nilai-nilai Moral pada Kaum Muda di Rayon Tanjung Morawa. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 24(3), 1992. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v24i3.5325>
- Langeh, A., & Manhas, S. (2018). Depression and Loneliness Among Single Mother of Jammu City. Dalam *International Journal of Creative Research Thoughts* (Vol. 6, Nomor 1). www.ijcrt.org
- Mariana, D. (2016). Pola Asuh Anak pada Keluarga Ibu Single Parent yang Bercerai di Desa Mekar Baru Kecamatan Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya. *Sociologique, Jurnal S-1 Sosiologi*, 4. <http://jurnafis.untan.ac.id>
- Maryam, E. W. (2019). *Penerapan Dalam Permasalahan Sosial* (M. P. Septi Budi Sartika & S. H., M. Kn. M. Tanzil Multazam, Ed.; 1 ed.). Umsida Press.
- Mayasari, & Hayati. (2024). Hubungan Loneliness pada Karyawan dengan Perilaku Konsumtif Belanja Online di Perkantoran Jabodetabek. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM*, 12(1). <https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi>
- Mulyani, P. D., & Kristinawati, W. (2021). An Overview of the Empty Nest and Loneliness in Single Mothers Living Alone in Juwana Village. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12(2). <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2.37042>
- Ningsih, E. (2021). *Hubungan Loneliness dan Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Mahasiswa*.
- Nowland, R., Thomson, G., McNally, L., Smith, T., & Whittaker, K. (2021). Experiencing loneliness in parenthood: a scoping review. *Perspectives in Public Health*, 141(4), 214–225. <https://doi.org/10.1177/17579139211018243>
- Nuraini, I., & Laksmiwati, H. (2024). Pengaruh Kesepian terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa *The Influence of Loneliness on Psychological Well-Being among College Students*. 11(02), 954–965. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p954-965>

- Rokach, A., & Patel, K. (2024). The health consequences of loneliness. *Environment and Social Psychology*, 9(6). <https://doi.org/10.54517/esp.v9i6.2150>
- Romdona, S., Senja Junista, S., & Gunawan, A. (2024). *Teknik Pengumpulan Data: Observasi, Wawancara dan Kuesioner*. 3(1), 39–47. <https://samudrapublisher.com/index.php/JISOSEPOL>
- Rutledge, P. B., & Hogg, J. L. C. (2020). In-Depth Interviews. Dalam *The International Encyclopedia of Media Psychology* (hlm. 1–7). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781119011071.iemp0019>
- Siti Syamsiah Renny Tounbama, Fahreza Prakasa, Zahra, & Saskia Noviyanti. (2021). *MAKALAH Analisis dan Interpretasi Data dalam Penelitian Kualitatif*.
- Syaiful, I. A., & Sariyah, S. (2018). *Konstruksi Konsep Kesejahteraan Psikologi (Psychological Well Being) Pada Wirausahawan Kecil Menengah: Sebuah Studi Kualitatif*.
- Theresia, A., Simanjuntak, E. J., & Helsa. (2024). Kontribusi Keberfungsian Keluarga pada Kesenian Individu Menikah. *WACANA*, 16(1), 75. <https://doi.org/10.20961/wacana.v16i1.80962>
- Tjoa, B. L. T., & Ambarwati, K. D. (2024). Hubungan Antara Loneliness dengan Smartphone Addiction pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 6(1), 146–155. <https://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/index>
- Vera Nurfajriani, W., Ilhami, M. W., Mahendra, A., Sirodj, R. A., & Afgani, W. (2024). Triangulasi Data Dalam Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(17), 826–833. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13929272>
- Xu, Y., Li, X., & Coley, J. D. (2021). How essentialist beliefs about national groups differ by cultural origin and study abroad experience among Chinese and American college students. *Asian Journal of Social Psychology*, 24(4), 537–552. <https://doi.org/10.1111/ajsp.12456>
- Yenti Arsini, Maulida Zahra, & Rahmadani Rambe. (2023). Pentingnya Peran Orang Tua Terhadap Perkembangan Psikologis Anak. *Journal Research and Education Studies*, 3. <http://jurnal.permapendis-sumut.org/index.php/mudabbir>
- Yusnita, T., Rusli, R., & Budiman, B. (2018). Kesenian pada Istri Tentara Nasional Indonesia. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 4(2), 153–162. <https://doi.org/10.19109/psikis.v4i2.2625>
- Zhang, X., & Dong, S. (2022). The relationships between social support and loneliness: A meta-analysis and review. *Acta Psychologica*, 227, 103616. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103616>