

Kesepian pada Pengguna Aplikasi Kencan Online (Studi Kuantitatif Deskriptif)

Loneliness In Online Dating Apps Users (Descriptive Quantitative study)

Mutiara Destriana^(1*), Dinda Aisha⁽²⁾ & Nita Rohayati⁽³⁾
Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia

Disubmit: 29 Mei 2024; Diproses: 08 Juli 2024; Diaccept: 24 Juli 2024; Dipublish: 03 Agustus 2024

*Corresponding author: mutiaradestriana.md@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat kesepian di antara individu yang menggunakan aplikasi kencan online. Penelitian ini melibatkan total 89 partisipan yang memenuhi kriteria sebagai pengguna aplikasi kencan online yang tinggal di berbagai wilayah di Indonesia dan berada dalam rentang usia 18 hingga 40 tahun. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dan menggunakan snowball sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 89 responden, 47 orang (52,8%) dalam kategori sedang melaporkan mengalami perasaan kesepian. Penelitian ini mengungkapkan bahwa individu menggunakan aplikasi kencan online dengan tujuan untuk mengurangi rasa kesepian mereka dengan terhubung dengan individu baru yang mereka temui melalui aplikasi tersebut. Hubungan ini dapat terjalin melalui berbagai cara seperti bertukar pesan singkat, melakukan percakapan telepon, atau mengatur pertemuan langsung.

Kata Kunci: Kesepian; Aplikasi Kencan Online; Dewasa Awal.

Abstract

The aim of this research was to examine the portrayal of loneliness among individuals who utilize online dating apps. The study involved a total of 89 participants who met the criteria of being online dating app users residing in various parts of Indonesia and falling within the age range of 18 to 40 years. The research employed quantitative research methods and utilized snowball sampling. The findings indicated that among the 89 respondents, 47 individuals (52.8%) in the moderate category reported experiencing feelings of loneliness. The study revealed that individuals resort to online dating apps with the intention of alleviating their loneliness by connecting with new individuals who they encounter through the app. This connection can be established through various means such as exchanging short messages, engaging in phone conversations, or arranging in-person meetings.

Keywords: Loneliness; Dating Apps; Emerging Adulthood.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i2.327>

Rekomendasi mensitasi :

Destriana, M., Aisha, D. & Rohayati, N. (2024), Kesepian pada Pengguna Aplikasi Kencan Online (Studi Kuantitatif Deskriptif). *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 5 (2): 392-399.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi dalam kehidupan dimulai dari proses sederhana dalam kehidupan sehari-hari sampai pada tingkat kepuasan sebagai individu dan makhluk sosial. Berdasarkan data APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) menyebutkan pengguna internet di Indonesia mencapai 215,63 juta orang pada rentan waktu 2022-2023, meningkat 2,67% dibandingkan pada waktu sebelumnya yang sebanyak 210,03 juta pengguna dan 95% diantaranya mereka menggunakan untuk mengakses sosial media (Sadya, 2023). Pesatnya kemajuan teknologi dan komunikasi yang berkembang di era globalisasi saat ini memudahkan individu untuk melakukan kegiatannya sehari-hari untuk menjadi lebih efisien, akan tetapi dengan kemudahan tersebut membuat individu mengalami hambatan-hambatan dalam menjalani kehidupannya, hambatan yang dialami individu tersebut salah satunya adalah hambatan untuk berinteraksi sosial dengan individu lainnya.

Kehadiran teknologi memberi berbagai manfaat positif yaitu seperti membantu mempermudah pekerjaan, berkomunikasi dan lain sebagainya. Akan tetapi, tidak penggunaan teknologi juga memberikan dampak negatif bagi individu. Dengan adanya teknologi, memudahkan individu untuk menjalin komunikasi dengan menerobos ruang dan waktu. Akan tetapi, dengan kemajuan teknologi dan dengan adanya aplikasi media sosial seperti *whatsapp*, *twitter* dan lainnya seringkali menyebabkan seseorang menarik diri dari kehidupan sosial dan relasi antar pribadi yang disebabkan oleh kemudahan yang diberikan oleh teknologi

tersebut. Kesepian merupakan pengalaman subjektif dari isolasi sosial dan kurangnya hubungan emosional yang mempengaruhi kebutuhan interpersonal. Namun, Sebagian dari mereka sudah berinteraksi sosial dengan baik juga mampu menjalin relasi sosial yang positif.

Proses memasuki masa dewasa mencakup banyak peristiwa atau perubahan signifikan yang terjadi dalam jangka waktu yang berbeda. Masa dewasa menandakan fase beradaptasi dengan gaya hidup baru dan norma-norma masyarakat, di mana individu terdorong untuk menjadi lebih mandiri. Tantangan yang dihadapi selama masa transisi ini ditandai dengan kesulitan untuk berhasil melewati tahap perkembangan dan berbagai rintangan yang dihadapi saat memulai masa dewasa, seperti pergulatan dengan identitas diri, isolasi sosial, dan banyak lagi. Masa dewasa merupakan tahap terpanjang yang dialami oleh setiap individu, karena lebih dari separuh masa hidup mereka dihabiskan di fase ini.

Sebelum mencapai usia dewasa, individu melewati masa transisi dari masa remaja ke masa dewasa awal. Menurut Erikson (sebagaimana dikutip dalam Santrock, 2014), masa dewasa awal biasanya berkisar antara usia 18 hingga 29 tahun. Fase ini mengharuskan seseorang mengambil tanggung jawab emosional dan finansial untuk dirinya sendiri, yang mengarah pada perubahan gaya hidup yang signifikan. Masa dewasa awal adalah waktu yang kritis untuk menumbuhkan kemandirian, mengejar pertumbuhan karier, membentuk hubungan yang intim, dan memulai sebuah keluarga (Santrock, 2018). Menjalinkan hubungan yang intim dengan orang lain adalah salah satu tugas

perkembangan utama selama tahap ini, seperti yang ditekankan oleh Erikson (dalam Santrock, 2014). Kegagalan dalam menjalin hubungan tersebut, termasuk persahabatan dan hubungan romantis, dapat mengakibatkan perasaan terisolasi.

Upaya untuk memenuhi tanggung jawab perkembangan masa dewasa awal, seperti menjalin hubungan dekat dengan orang lain, termasuk menemukan pasangan hidup, sangatlah penting (Santrock, 2019). Individu memiliki otonomi untuk menentukan kriteria mereka sendiri dalam memilih pasangan hidup, baik untuk komitmen seumur hidup melalui pernikahan atau hubungan sementara melalui pacaran. Menurut Santrock (2011), individu biasanya mencari seseorang yang memiliki tingkat ketertarikan fisik dan atribut sosial yang sama dengan mereka.

Pemilihan pasangan untuk memenuhi tugas perkembangan ini dipengaruhi oleh kemajuan pesat dalam teknologi, ilmu pengetahuan, dan media informasi, khususnya di bidang komunikasi. Smartphone, misalnya, merupakan contoh kemajuan teknologi yang dapat menjadi sarana hiburan, informasi, belanja online, dan bahkan mencari pasangan hidup. Kemunculan media sosial telah memfasilitasi hubungan antara banyak individu, memberikan kesempatan bagi siapa saja untuk mencari pasangan melalui dunia maya. Di Indonesia, aplikasi kencan populer seperti Tinder, Tantan, OkCupid, dan Bumble sering digunakan untuk tujuan ini. Tinder menempati posisi teratas sebagai aplikasi kencan paling populer di Indonesia, dengan 56,7%. Menyusul di belakangnya adalah Tantan dengan 33,9%, dan OkCupid mengamankan posisi ketiga dengan 18,8%. Menurut Kinapti (2019),

ketersediaan aplikasi kencan yang berbeda dapat memudahkan pencarian pasangan hidup.

Chorney & Morris (2008) menyatakan bahwa interaksi dan hubungan romantis dengan lawan jenis biasanya dilakukan melalui kencan. Aplikasi kencan adalah pilihan populer di kalangan dewasa muda dalam mencari pasangan hidup karena kenyamanan yang ditawarkannya. Aplikasi-aplikasi ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk menemukan pasangan, tetapi juga memenuhi berbagai motif lain seperti mencari persetujuan sosial, mengisi waktu luang, menjelajahi tempat-tempat baru, mencari pengalaman seksual, beranjak dari hubungan masa lalu, memupuk rasa saling memiliki, mencari teman, mengasah kemampuan menggoda, terhubung dengan individu yang memiliki orientasi seksual yang sama, bersosialisasi, mengalah pada tekanan teman sebaya, melepaskan diri dari rutinitas yang monoton, dan memenuhi rasa ingin tahu. Sebuah survei tahun 2017 oleh Kapersky Lab mengungkapkan bahwa 48% individu beralih ke kencan online, terutama aplikasi kencan, untuk bersenang-senang, hubungan yang bermakna, atau pertemuan seksual kasual. Perilaku ini sering dikaitkan dengan pencarian sensasi. Penelitian Paramitha et al. (2021) lebih lanjut mendukung gagasan ini, dengan menyoroti rasa ingin tahu dan keinginan untuk bertemu orang baru sebagai motif utama untuk menggunakan aplikasi Tinder.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan 3 narasumber para pengguna aplikasi kencan *online*, rata-rata alasan mereka menggunakan aplikasi kencan *online* karena merasa kesepian

karena kurangnya bersosialisasi dengan manusia “*untuk cari temen, karekan tiap pulang kerja keseringannya langsung pulang, kaya suntuk aja gada temen ngobrol-ngobrol*”. Berdasarkan pernyataan narasumber diatas dapat diketahui bahwa alasan narasumber menggunakan aplikasi kencan *online* karena tidak adanya teman untuk ngobrol dan kesepian, dengan menggunakan aplikasi kencan *online* para penggunanya mendapatkan relasi baru, bahkan ada juga yang sampai ketahap yang serius. Untuk sampai pada ketahap hubungan yang serius, kebanyakan dari mereka harus melalui beberapa tahapan-tahapan sampai akhirnya bisa sampai kehubungan yang serius.

Sesuai dengan temuan Latifa (2008), terdapat berbagai faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami kesepian. Faktor-faktor tersebut meliputi transisi kehidupan, perpisahan, pertentangan, dan penolakan. Selain itu, seperti yang dinyatakan oleh Weiss (dalam Deaux et al., 1993), perasaan kesepian dapat dikategorikan ke dalam dua jenis yang berbeda. Jenis pertama adalah kesepian emosional, yang muncul karena tidak adanya hubungan intim dengan orang lain dan kurangnya perhatian timbal balik, sedangkan yang kedua adalah *social loneliness*, hal ini disebabkan karena di mana individu terisolasi dari lingkungannya, tidak memiliki teman atau keluarga, atau tidak lagi memiliki sistem dukungan sosial.

Kesepian sering dialami oleh individu yang kurang memiliki hubungan dekat dengan orang lain. Menurut Evans & Lindsay (2005), ada berbagai faktor yang berkontribusi pada perasaan ini, termasuk mengalami gangguan emosional atau

psikologis dari orang lain. Hal ini dapat bermanifestasi dalam bentuk serangan verbal atau psikologis, yang membuat individu melindungi diri mereka sendiri dengan mengisolasi diri mereka dari lingkungan yang negatif dan bahkan memutuskan hubungan dengan lingkungan mereka. Faktor lainnya adalah ketidakmampuan untuk menemukan hubungan yang cocok dengan orang lain. Banyak orang merasa tidak nyaman dan tidak tenang di tempat yang ramai, yang semakin memperburuk rasa kesepian mereka. Terakhir, patah hati atau kehilangan orang yang dicintai juga dapat menyebabkan perasaan kesepian. Ketika sebuah hubungan berakhir atau seseorang yang penting hilang, perasaan kesepian dapat bertahan dalam waktu yang lama, terutama jika orang tersebut memainkan peran penting dalam hidup mereka.

Kesepian adalah keadaan negatif yang ditandai dengan kurangnya hubungan interpersonal yang akrab dan memadai (Sullivan dalam Peplau, 1985). Taylor, Peplau, dan Sears (dalam Noddy, 2010) menyatakan bahwa kesepian adalah ketidaknyamanan psikologis yang dialami ketika individu menganggap hubungan sosial mereka tidak memadai. Hal ini merupakan kondisi mental dan emosional yang ditandai dengan perasaan terisolasi dan kurangnya hubungan yang berarti dengan orang lain (Bruno, 2000). Individu yang mengalami kesepian, menurut Weiss (dalam Peplau & Perlman, 1982), cenderung mengabaikan dirinya sendiri dan kurang terlibat dalam hubungan dengan orang lain. Penelitian Perlman (dalam Noddy, 2010) menunjukkan bahwa kesepian lebih banyak terjadi pada remaja dan orang dewasa dibandingkan orang tua.

Rubenstein dkk (dalam Deaux et al., 1993) menguraikan komponen-komponen kesepian, antara lain aspek pertama adalah putus asa, dimana individu merasa tidak berdaya dan mungkin terdorong untuk melakukan tindakan-tindakan yang tidak pantas. Aspek kedua adalah kebosanan yang tidak sabar, yaitu keadaan dimana individu merasa tidak berdaya merasa bosan pada dirinya sendiri akibat ketidak sabaran terhadap dirinya sendiri. Yang ketiga yaitu *self deprecation* Mencela diri sendiri mengacu pada ketidakmampuan seseorang untuk menyelesaikan masalah mereka sendiri, yang mengarah pada kecenderungan untuk meremehkan diri sendiri. Di sisi lain, depresi bermanifestasi sebagai gangguan suasana hati yang ditandai dengan perasaan sedih, putus asa, dan menarik diri dari pergaulan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian deskriptif, dengan menggunakan survei dalam bentuk kuesioner untuk pengumpulan sampel dalam proses penelitian.

Non-probability sampling digunakan dalam penelitian ini sebagai teknik sampling di mana sampel dalam peluang anggota populasi tidak memiliki kerangka. Setelah itu, lebih spesifiknya menggunakan metode *Snowball sampling* adalah metode di mana peneliti memulai dengan satu partisipan dan kemudian meminta rujukan ke partisipan potensial lainnya. Teknik ini biasanya digunakan ketika sulit untuk menemukan individu untuk berpartisipasi dalam sebuah penelitian, terutama jika topiknya sensitif atau kontroversial. Penelitian ini berfokus pada individu berusia 18-40 tahun dari berbagai daerah

di Indonesia. Sebanyak 89 partisipan direkrut melalui skala online dari tanggal 1 September hingga 20 September 2023. Skala tersebut tidak hanya mencakup skala kesepian, tetapi juga mengumpulkan informasi tentang identitas dan persetujuan partisipan. Partisipan diharuskan berusia antara 18-40 tahun dan merupakan pengguna aplikasi kencan online di Indonesia. Untuk menganalisis data, peneliti menggunakan analisis deskriptif.

Sebelum melakukan analisis deskriptif, sangat penting untuk melakukan uji prasyarat. Penilaian awal ini membantu dalam memutuskan apakah hasil analisis data cocok untuk pengujian hipotesis. Alat ukur kesepian disusun berdasarkan aspek-aspek dari Peplau dan Perlman (1998) yakni, *need for intimacy*, *cognitive process* dan *social reinforcement*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah orang dewasa muda. Atribut individu-individu ini diuraikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 1. Usia responden

Usia	Frekuensi	Persentase
18-22	37	41.6%
23-27	46	51.7%
28-34	6	6.7%
Total	89	100.0

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa jumlah pengguna aplikasi kencan *online* terbanyak yaitu diusia 23 sampai 27 tahun dengan jumlah 46 orang (51.7%), usia 18 sampai 22 tahun dengan jumlah 37 orang (41.6%) dan usia 28 sampai 34 tahun dengan jumlah 6 orang (6.7%).

Tabel 2. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Rendah	Sedang	Tinggi
Laki-laki	8	5	1
Non Binary	1	4	0
Perempuan	29	38	2
Transgender	1	0	0

Berdasarkan tabel 2, didapatkan jenis kelamin terbanyak berada pada perempuan sebanyak 69 orang (77.5%), untuk laki-laki sebanyak 14 orang (15.7%), untuk *non-Binary* sebanyak 5 orang (5.6%) dan untuk *transgender* sebanyak 1 orang (1.1%). Jadi, pengguna aplikasi kencan *online* terbanyak berada pada perempuan.

Tabel 3. Domisili

Asal Domisili	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pulau Jawa	78	26.88	5.689	.644
Luar Pulau Jawa	11	32.64	4.388	1.323

Berdasarkan tabel 3, jumlah pengguna aplikasi kencan *online* terbanyak berada di Pulau Jawa yaitu sebanyak 78 orang dan untuk Luar Pulau Jawa sebanyak 11 orang.

Tabel 4. Status pekerjaan

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Tidak Bekerja	37	27.22	6.263	1.030
Bekerja	52	27.87	5.570	.772

	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
Bekerja	21	29	2	52
Tidak Bekerja	18	18	1	37
Total	39	47	3	89

Berdasarkan table 4, didapatkan pengguna terbanyak didapatkan pada orang yang bekerja sebanyak 52 orang (58.4%) dan untuk pengguna terdikit sebanyak 37 orang (41.6%) oleh orang yang tidak bekerja.

Tabel 5. Status Pernikahan

Status Pernikahan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Tidak Menikah	86	27.48	5.761	.621
Menikah	3	31.00	8.544	4.933

Berdasarkan table 5, didapatkan pengguna aplikasi kencan *online* terbanyak didapatkan pada individu yang tidak menikah dengan sebanyak 86 orang dan untuk pengguna yang tidak menikah ditemukan sebaanyak 3 orang.

Tabel 6. Kategori Kesepian

	N	Frekuensi
Rendah	39	43.8
Sedang	47	52.8
Tinggi	3	3.4

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rendah	38	42.7	42.7	42.7
Sedang	47	52.8	52.8	95.5
Tinggi	4	4.5	4.5	100.0
Total	89	100.0	100.0	

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Usia	Between Groups	9.725	23	.423		.913
	Within Groups	45.781	65	.704		
	Total	55.596	88	.293		.849
Jenis Kelamin	Between Groups	6.736	23	.293		
	Within Groups	28.073	65	.432		
	Total	34.809	88			
Pendidikan Terakhir	Between Groups	5.365	23	.233	1.008	.469
	Within Groups	15.039	65	.231		
	Total	20.404	88			

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, penelitian mengenai kesepian pada pengguna aplikasi kencan *online* yang mencakup 89 partisipan, dapat ditemukan bahwa 39 (43.8%) partisipan pernah merasakan sedikit perasan kesepian, 47 (52.8%) pernah mengalami sedang merasakan perasaan kesepian dan 3 (3.4%) partisipan sering merasakan perasaan kesepian.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa pengguna aplikasi kencan *online* mengalami kesepian. Berdasarkan hasil penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar pengguna aplikasi kencan *online* merasakan perasaan kesepian. Dari 89 partisipan yang menggunakan aplikasi kencan *online*, terdapat 47 partisipan yang tergolong sedang yang merasakan perasaan kesepian, artinya pada fase dewasa awal yang menggunakan aplikasi kencan *online* rata rata mengalami kesepian. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nisa (2023) dengan judul "Gambaran Kesepian pada Wanita Dewasa Awal yang Bekerja" menunjukkan bahwa Ariyanti (2023)

dengan judul “kecemasan social, kesepian dan *online self disclosure* pada dewasa awal pengguna aplikasi kencan *online tinder*” menunjukkan bahwa kesepian memiliki peranan yang besar pada dewasa awal pengguna aplikasi kencan *online*.

Menurut Baron & Bryne (2005) dewasa awal yang mengalami kesepian dengan kategori tinggi biasanya ditandai dengan adanya efek negative, seperti perasaan cemas, depresi, ketidakbahagiaan, ketidakpuasan yang diasosiasikan dengan pesimisme, stress, rasa malu dan kehilangan kepercayaan dirinya.

Berdasarkan hasil dari penelitian yang ditemukan, alasan para pengguna menggunakan aplikasi kencan *online* yaitu karena kesepian, agar mendapatkan teman ngobrol, ketidakpuasan hubungan, memenuhi kebutuhan pribadi, menambah relasi dan masih banyak lagi.

Sesuai dengan teori perkembangan psikososial Erikson (sebagaimana dikutip dalam Santrock, 2014). salah satu tugas utama selama masa dewasa awal adalah menjalin hubungan intim dengan orang lain. Kegagalan dalam membentuk hubungan seperti itu, termasuk persahabatan dan kemitraan romantis, dapat menyebabkan perasaan terisolasi. Transisi menuju masa dewasa mencakup berbagai pencapaian dan transisi yang terjadi pada waktu yang berbeda. Periode ini ditandai dengan kebutuhan untuk beradaptasi dengan keadaan kehidupan baru dan harapan masyarakat, yang sering kali menuntut peningkatan kemandirian. Tantangan yang dialami selama fase transisi ini dapat muncul dari kesulitan dalam menavigasi berbagai tahap perkembangan dan berbagai rintangan yang dihadapi saat memasuki masa

dewasa. Tantangan-tantangan ini dapat mencakup perjuangan dengan identitas diri, perilaku antisosial, dan masalah-masalah lainnya. Masa dewasa merupakan fase terpanjang dalam kehidupan manusia, karena lebih dari separuh masa hidup seseorang biasanya dihabiskan pada tahap ini.

Upaya untuk menyelesaikan tugas perkembangan masa dewasa awal, seperti menjalin hubungan dekat dengan orang lain, termasuk menemukan pasangan hidup, sangatlah penting (Santrock, 2019). Individu memiliki otonomi untuk menentukan kriteria mereka sendiri dalam memilih pasangan hidup, baik itu untuk komitmen seumur hidup melalui pernikahan atau hubungan sementara saat berpacaran. Menurut Santrock (2011), individu biasanya mencari seseorang yang cocok dengan mereka dalam hal ketertarikan fisik dan karakteristik sosial. Keputusan untuk memilih pasangan untuk memenuhi tugas perkembangan dipengaruhi oleh kemajuan teknologi, ilmu pengetahuan, media informasi yang sangat pesat, terutama dalam komunikasi.

Menurut Latifa (2009), terdapat berbagai faktor yang dapat menyebabkan individu mengalami kesepian, seperti perubahan hidup, perpisahan, konflik, dan penolakan. Weiss (dalam Deaux dkk, 1993) mengkategorikan kesepian menjadi dua jenis, yaitu kesepian emosional yang muncul akibat kurangnya hubungan yang dekat dan saling memperhatikan, serta kesepian sosial yang terjadi ketika individu kurang berhubungan dengan lingkungan, teman, atau keluarga.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perasaan kesepian pada pengguna *aplikasi kencan online* pada suatu individu tergolong sedang. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya kesibukan bekerja yang menyebabkan seseorang kesulitan untuk mendapatkan relasi baru dan kurangnya interaksi dengan individu lainnya, hal ini menyebabkan seseorang mengalami kesulitan untuk menemukan pasangan. Dampak yang diberikan akibat dari kurangnya interaksi sosial ialah seseorang akan mengalami kesepian. Penggunaan aplikasi kencan *online* pada individu mempunyai beberapa faktor diantaranya yaitu kesepian. Motif penggunaan aplikasi kencan *online* pada seseorang adalah untuk mengurangi rasa kesepian dengan cara bertemu dengan orang baru yang berasal dari aplikasi tersebut, adanya interaksi dengan orang baru, baik melalui pesan singkat, telepon maupun bertemu secara langsung, untuk beberapa individu, cara mengurangi rasa kesepiannya ini adalah dengan cara mencari afeksi baik melalui kontak fisik maupun tidak. Hal tersebut memiliki pengaruh terhadap perasaan kesepian masing-masing individu rasakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R., & Bryne, D. (2005). Psikologi Sosial (10th ed.). Erlangga.
- Bruno, F. J. (2000). Conquer Loneliness = Menaklukkan Kesepian: Pahami Kesepian Anda, Buanglah untuk Selamanya! Gramedia Pustaka Utama.
- Chorney, D. B., & Morris, T. L. (2008). The Changing Face of Dating Anxiety: Issues in Assessment With Special Populations. *Wiley Periodicals*, 15(3), 224–238.
- Deaux, K., Dane, F. C., & Wrightsman, L. S. (1993). *Social Psychology in the '90s*. Brooks/Cole Pub. Co.

- Evans, J. R., & Lindsay, W. M. (2005). *An Introduction to Six Sigma & Process Improvement*. Thomson.
- Latifa, R. (2008). Jenis dan Dinamika Terjadinya Loneliness Pada Masyarakat Modern. *Jurnal Enlightenment*.
- Paramitha, A., Tanuwijaya, S., & Natakoesoemah, S. (2021). Analisis Motif Dan Dampak Penggunaan Aplikasi Tinder Berbayar. *Jurnal Komunikasi Dan Kajian Media*, 5(2), 187–204.
- Peplau, L. A. (1985). Loneliness Research: Basic Concepts and Findings. *Social Support: Theory, Research and Applications*, 269–286.
- Sadya, S. (2023). APJII: Pengguna Internet Indonesia 215,63 Juta pada 2022-2023. *DataIndonesia.Id*.
- Santrock, J. W. (2014). A Tropical Approach to Life Span Development. In: *A tropical Approach to Life Span Development*. McGraw-Hill Education.