

Hubungan Harga Diri dan Kesepian dengan Depresi pada Remaja

Rr. Nia Paramita Yusuf

Universitas Muhammadiyah Malang
Nia7553@gmail.com

Abstrak. Depresi dapat dialami oleh remaja. Faktor internal dapat menjadi prediktor terjadinya depresi pada remaja. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan harga diri dan kesepian dengan depresi pada remaja. Penelitian ini menggunakan subjek sebanyak 196 mahasiswa yang diambil dengan metode *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *self esteem scale (SES)*, *UCLA loneliness scale version 3*, *Beck depression Inventory (BDI)*. Analisis data yang digunakan adalah regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri memiliki hubungan yang signifikan negatif terhadap depresi ($r=-0,304$, $p=0,000$). Kesepian memiliki hubungan yang signifikan positif dengan depresi ($r=0,330$, $p=0,000$). Sumbangan efektif harga diri sebesar 028,3% sedangkan kesepian 24,2% terhadap depresi.

Kata kunci : harga diri, kesepian, depresi, dan remaja.

Pendahuluan

Setiap individu dapat mengalami kesedihan dan kebahagiaan. Salah satu kondisi emosi yang mungkin dialami adalah depresi, yaitu salah satu kondisi psikologis yang paling umum selama masa hidup normal yang ditandai dengan banyaknya rasa kehilangan dan kekecewaan (Dhara & Jogsan, 2013). Depresi dapat menimbulkan kesulitan berkonsentrasi, mempengaruhi fungsi sosial, dan kesulitan dalam penyesuaian diri, bahkan bisa mengarah pada perilaku bunuh diri bagi individu yang mengalami depresi yang berat (Nevid, Greene, Johnson & Taylor, 2005; Lubis, 2009).

Studi yang dilakukan Marcotte (2002) terhadap populasi di Canada dan Amerika Serikat menemukan ada sekitar 20 – 35% remaja laki-laki mengalami depresi dan sekitar 25 – 40% terjadi pada perempuan. Sepanjang hidupnya laki-laki memiliki resiko mengalami depresi antara 8 – 12%, dan sekitar 25% perempuan Amerika akan mengalami depresi selama kehidupannya (McGrath, 1996).

Kebanyakan data mengindikasikan tingginya prevalensi yang tidak seimbang ini dimulai saat remaja, yaitu selama periode usia 6 – 12 tahun, tingkat depresi untuk laki-laki dan perempuan relatif sama (Nolen- Hoeksema, 2002). Namun selama periode remaja awal dan tengah, untuk perempuan meningkat tajam sehingga jumlah penderita depresi perempuan dua kali lipat dibanding remaja laki-laki. Penemuan epidemiologi mengindikasikan bahwa perbandingan 2 : 1 ini terus berlanjut dari remaja sampai dewasa, termasuk periode usia 18 – 24 tahun yang dikarakteristikan sebagai masa dewasa awal (Gladstone & Koenig, 2002).

Beck, Rush, Shaw, & Emery (1979) menyatakan bahwa depresi terjadi karena pandangan yang negatif terhadap diri sendiri, interpretasi yang negatif terhadap pengalaman hidup dan harapan yang negatif terhadap diri sendiri dan masa depan. Ketiga pandangan ini menyebabkan timbulnya depresi, rasa tidak berdaya dan putus asa.

Penelitian pada subjek remaja dengan metode *self report* dalam pengumpulan data mengenai emosi remaja khususnya suasana hati mereka. Penelitian tersebut juga mengukur harga diri pada remaja. Hasilnya, remaja yang merasa kesepian akan cenderung mengalami depresi (Petersen, Schulenberg, Abramowitz, Offer, & Jarcho, 1984). Masa remaja adalah periode hidup yang rentan dari segi kondisi mentalnya mengalami depresi yang disebabkan oleh kesepian, dan harga diri (Ollendick, Seligman, Goza, Byrrd, & Singh, 2003).

Kesepian merupakan keadaan emosional yang membuat individu merasa terasing dari dunia luar (Delisle, 1988). Orang yang mengalami kesepian merasa lemah serta menjadi acuh tak acuh pada lingkungan (Cacioppo, 2006). Orang yang kesepian akan merasa bersalah dan tidak berguna (Ozodasik, 2001), apabila keinginan individu tidak berhasil maka akan berperilaku agresif (Cuceloglu, 1999), cenderung tidak realistis (Genctan, 1993). Kesepian merupakan perasaan yang dirasakan seseorang ketika hubungan sosialnya terganggu. Terganggunya tersebut baik ketika individu tidak mempunyai teman atau hanya mempunyai sedikit teman (Sears, 1994).

Menurut Peplau dan Perlman (1982), faktor-faktor yang menyebabkan kesepian antara lain adalah kurang tersedianya teman akrab, ketidakpuasan dalam membandingkan masa lalu dan sekarang, serta bentuk kontak sosial yang dialami pada masa remaja. Pada saat mengalami kesepian, individu akan merasa putus asa, tidak sabar dan bosan, mengutuk diri sendiri, serta mengalami depresi (Shaver & Brennan, 1991)

Kesepian yang terjadi pada remaja merupakan masalah yang serius dibandingkan pada masa perkembangan lainnya (Hudson, Elek & Campbell-Grossman, 2000). Kesepian muncul sebagai perasaan sedih dan kosong yang diikuti oleh tingginya kebutuhan individu. Individu yang mengalami kesepian cenderung mengalami depresi (Sadler, 1978), dan individu yang mengalami depresi, pada umumnya memiliki harga diri yang rendah (Ollendick, et.al, 2003).

Dalam konteks kesehatan mental, harga diri memiliki peran yang penting. Individu yang memiliki harga diri tinggi berarti memandang dirinya secara positif. Individu dengan harga diri tinggi sadar akan kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan memandang kelebihan-kelebihan tersebut lebih penting daripada kelemahannya (Byron & Byrne, 2005).

Riset menunjukkan bahwa remaja dengan harga diri rendah akan mengalami hambatan dalam mempertahankan konsep diri positif, dan hambatan tersebut dapat mengakibatkan depresi (Pelham & Swann, 1989). Sedangkan, remaja dengan harga diri tinggi cenderung memiliki kesehatan yang baik (Rayle, 2005), kepuasan hidup yang baik (Myers & Diener, 1995), dan gejala depresi yang rendah (Tennen & Herzberger, 1987). Oleh karena itu, jika remaja memiliki harga diri tinggi, maka depresinya rendah. (Rayle, 2005; Taylor & Turner, 2001). Berdasarkan penjelasan maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan kesepian dengan depresi pada remaja.

Tinjauan Pustaka

Depresi dan Kesepian

Depresi umumnya terjadi karena peristiwa hidup tertentu. Setiap orang mempunyai perbedaan mendasar pada suatu peristiwa yang dihadapi secara berbeda, sehingga dapat memunculkan reaksi yang berbeda antara satu orang dengan yang lain (Stice, Ragan & Randall, 2004; Bitsika, Sharpley, & Melhem, 2010; Callahan, Liu, Hetrick, Pucell, & Parker, 2012).

Kesepian yaitu kondisi emosi yang muncul ketika seseorang merasa asing, salah paham, atau ditolak oleh orang lain, tidak memiliki teman (Rokach, 2002). Kesepian merupakan masalah psikologis dan didefinisikan sebagai pengalaman yang tidak menyenangkan akibat kurangnya hubungan sosial, kecemasan, kurangnya kemampuan sosialisai, dan mengarah pada percobaan bunuh diri (Cacioppo, Hawkley, Crawford, Budesson & Kowalewski, 2002).

Skala kesepian yang digunakan adalah *UCLA Loneliness Scale*, skala ini menekankan pada aspek kognitif dan aspek emosional (Russell, Peplau, & Cuntora, 1980). Aspek kognitif merupakan kemampuan seseorang mengawali hubungan sosial. Sedangkan aspek emosional yang negatif menyebabkan perasaan tidak nyaman yang terjadi terus menerus (Allen-Kossal, 2008).

Kesepian berhubungan dengan kemampuan keterampilan sosial yang buruk, hubungan antar pribadi yang buruk, harga diri rendah, rasa malu dan penyesuaian sosial yang buruk. Individu yang kesepian umumnya berkepribadian introvert, pencemas, depresi dan neurotik. Individu yang kesepian menganggap dirinya banyak masalah karena mereka menarik diri dari hubungan sosial dan ini menyebabkan tingkat kecemasan tinggi dan berakibat terasing dari masyarakat (Peplau & Goldstone, 1984).

Resiko yang ditimbulkan dari kesepian berupa pengalaman negatif yang dianggap berlebihan dan terlalu subjektif. Individu yang mengalami kesepian membutuhkan bantuan orang lain untuk bisa diajak berdiskusi dan menjalin hubungan yang baik dalam bentuk persahabatan (Lake, 1986).

Kesepian merupakan reaksi emosi dan kognitif terhadap hubungan sosial yang dimiliki oleh individu. Kesepian disertai emosi negatif, seperti depresi, kecemasan, tidak bahagia, dan tidak puas yang gabung dengan rasa pesimis, menyalahkan diri sendiri, dan rasa malu (Baron & Byrne, 2005).

Harga Diri dan Depresi

Harga diri individu dapat berasal dari dukungan keluarga, kompetisi, penampilan, nilai moral dan penghargaan dari orang lain. Individu dapat mengalami peningkatan harga diri karena adanya kesuksesan dalam aspek yang bersangkutan, sementara kegagalan dapat menimbulkan penurunan dalam harga diri (Crocker & Wolfe, 2001).

Harga diri seseorang merupakan cermin bagaimana orang lain memandang dirinya atau nilai lebih yang diberikan orang lain pada dirinya sebagai manusia. Santrock (2003) harga diri merupakan dimensi penilaian global

mengenai diri. Steinberg (2002), harga diri adalah apa yang individu rasakan mengenai dirinya. Pendapat senada dikemukakan oleh Pervin (1984), harga diri merupakan penilaian penghargaan seseorang terhadap dirinya.

Menurut Coopersmith (1967) harga diri merupakan penilaian atau evaluasi mengenai dirinya sendiri, evaluasi itu dinyatakan dalam sikap menerima/menolak diri sendiri dan ditandai dari sejauh mana individu itu yakin bahwa individu memiliki kemampuan, individu itu penting, individu itu berhasil dan berharga. Harga diri diwujudkan dalam bentuk penilaian subjektif berbentuk kata-kata dan ekspresi tingkah laku (Bowker, 2003).

Perubahan fisik yang dialami individu terasa lebih sulit untuk dihadapi bagi individu perempuan. Sesuai dengan yang penelitian Attie & Brooks-Gunn, (1989), bahwa individu perempuan mengalami ketidakpuasan dengan tubuh yang berhubungan dengan penambahan berat badan dan meningkatnya harapan akan peran jenis kelamin. Individu perempuan peduli dengan perasaan orang lain sehingga mereka sangat memperdulikan pendapat orang lain mengenai dirinya dan perilaku yang ditujukan padanya. Menarik secara fisik dipandang oleh kebanyakan perempuan sebagai perempuan yang feminin (Striegel-Moore & Franko, 2003). *Self-esteem* yang rendah akan berpengaruh negatif karena akan mempengaruhi penampilan individu tersebut.

Karakteristik harga diri pada individu ada yang tinggi maupun rendah. Individu dengan harga diri tinggi, cenderung puas dengan karakter dan kemampuan diri, Adanya penerimaan dan penghargaan diri positif, memberikan rasa aman dalam menyesuaikan diri, bereaksi terhadap stimulus pada lingkungan sosial. Individu dengan harga diri yang tinggi lebih bahagia dan lebih kuat dalam menghadapi tuntutan lingkungan daripada individu dengan harga diri yang rendah Individu dengan harga diri yang tinggi lebih asertif, tegas, mandiri, dan kreatif (Coopersmith, 1967).

Individu dengan harga diri yang rendah kurang bisa menerima kenyataan hidup, dimana seharusnya individu tersebut bersifat lebih fleksibel, imajinatif, dan mampu untuk menemukan solusi tepat dari sebuah masalah. Individu dengan harga diri rendah mungkin terlibat dalam aktivitas yang menyimpang dan memiliki masalah psikologis. Individu dengan harga diri yang tinggi secara umum memiliki pengetahuan mengenai dirinya yang lebih baik daripada individu dengan harga diri yang rendah. Harga diri yang tinggi berhubungan dengan keaktifan individu dalam berinteraksi, memiliki sikap yang optimis, dan memiliki kesehatan psikologis yang lebih baik. Sebaliknya, individu dengan harga diri yang rendah seringkali merasa tidak memiliki kemampuan dan tidak cakap dalam menghadapi masalah, berharap untuk gagal, dan seringkali putus asa sehingga berakibat mengalami kegagalan dalam kehidupan (Andrews, Qian & Valentine, 2002).

Harga diri adalah evaluasi terhadap diri sendiri mengenai secara keseluruhan seseorang merasa baik atau buruk, sebagai suatu yang dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis individu (Rosenberg dalam Robinson, 1991), memiliki sifat menetap dalam berbagai waktu dan situasi (Robins, Trzesniewski, Gosling, Tracy, & Potter, 2002). Individu dengan harga diri tinggi cenderung merasa puas dan bangga dengan dirinya, lebih sering mengalami perasaan senang dan bahagia, dapat menerima kegagalan dan bangkit dari kekecewaan akibat gagal, memandang hidup secara positif dan mengambil sisi positif dari kejadian yang dialami, optimis dan mengambil resiko, serta berfikir konstruktif (McKay & Fanning, 2000; Shantanarkrishnan, 2013).

Harga diri penting dimiliki oleh wanita dibandingkan laki-laki dalam nilai sosial dan daya tarik (Andreja, 2006). Sedangkan individu dengan harga diri rendah cenderung merasa tidak puas dengan dengan dirinya serta adanya rasa ingin menjadi orang lain, lebih sering mengalami emosi negatif, sulit menerima kegagalan dan kecewa berlebihan saat gagal, memandang hidup dan berbagai kejadian dalam hidup sebagai hal yang negatif. (MacKay & Fanning, 2000; Van Zyl, Cronje, & Payze, 2006).

Jadi dapat disimpulkan harga diri merupakan suatu penilaian subjektif yang dibuat individu mengenai dirinya sendiri bisa berbentuk positif atau negatif, apakah individu tersebut merasa bahwa dirinya berharga, penting, mampu dan memiliki arti bagi orang lain, yang berasal dari berbagai sumber baik internal maupun eksternal seperti dukungan keluarga, kompetisi, penampilan fisik, anugerah Tuhan, nilai moral, penghargaan dari orang lain, daya tarik lawan jenis, hubungan persahabatan dan interaksi sosial terhadap orang lain.

Kesepian, Harga Diri dan Depresi

Kesepian telah diidentifikasi sebagai faktor faktor resiko dan penyebab depresi (Chou & Chi, 2004; Nolen-Hoeksema & Ahrens, 2002), kesepian juga dapat mempengaruhi depresi secara langsung (Weiss, 1973). Kesepian didefinisikan sebagai pengalaman kesendirian, pemisahan, dan kurangnya kedekatan (Russell, Peplau, & Cutrona, 1980) dan diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Hartshome (1993); Oshagan & Allen (1992). Dalam penelitian lain menyebutkan bahwa kesepian merupakan faktor penyebab individu mengalami depresi (Cacioppo, Hughes, Waite, Hawkley and Thisted, 2006).

Sebuah studi tentang harga diri dan depresi yang dibagi menjadi dua kelompok pada usia 10 tahun dan 12 tahun menunjukkan bahwa harga diri yang rendah merupakan indikator depresi (Orth, Robin, Widaman, & Conger, 2014).

Harga diri memiliki kontribusi terhadap depresi (Kernis & Goldman, 2006; Teasdale & Russell, 1983; Roberts & Monroe, 1994). Kesepian memiliki kontribusi terhadap depresi (Cacioppo & Hawkley, 2003; Heinrich & Gullone, 2006).

Harga diri yang rendah merupakan salah satu gejala depresi (Kernis & Goldman, 2006; Teasdale & Rusell, 1983; Robert & Monre, 1994). Kesepian juga merupakan salah satu faktor depresi. Harga diri tinggi dan kesepian yang rendah akan menyebabkan individu tidak mengalami depresi, tetapi harga diri rendah dan tingkat kesepian tinggi maka individu akan cenderung mengalami depresi.

Hipotesis :1. Ada hubungan harga diri dengan depresi pada remaja.; 2. Ada hubungan kesepian dengan depresi pada remaja.; 3. Ada hubungan harga diri dan kesepian dengan depresi pada remaja.

Metode Penelitian

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat kuantitatif korelasional, dengan metode regresi linear berganda sehingga menghasilkan prediksi bahwa suatu variabel berhubungan dengan variabel lainnya.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan mahasiswa semester kedua Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tahun pelajaran 2014-2015 berjumlah 196 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *accidental sampling* yaitu penentuan sampel berdasarkan kesediaan sampel yang diambil secara kebetulan (Latipun, 2004). Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah remaja laki-laki 57 orang (29,1 %) dan perempuan 139 orang (70,9 %), berusia 18-22 tahun, dan berdomisili di asrama mahasiswa.

Intstrumen Penelitian

Rosenberg Self-Esteem Scale (SES) Rosenberg (Robinson, 1991) digunakan untuk mengukur harga diri secara global. **Ucla Loneliness Scale Version 3** (Russell, 1996) digunakan untuk mengukur kesepian. **Beck Depression Inventory** (BDI) digunakan untuk mengukur kecenderungan depresi Beck (Robinson, 1991).

Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2015.

Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk mengetahui pengaruh harga diri, kesepian dan depresi menggunakan analisis regresi linier berganda.

Hasil dan Pembahasan

Deskripsi Data

Berikut disajikan gambaran variabel penelitian harga diri, kesepian, dan depresi ditinjau dari karakteristik subjek.

Tabel 1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian (n=196)

Karakteristik	Jumlah	Harga Diri		Kesepian		Depresi	
		M	SD	M	SD	M	SD
Usia							
18 - 19 tahun	158	21.05	3.89	46.72	7.50	20.03	7.49
> 20 tahun	38	21.42	4.83	47.50	8.01	20.16	8.38
Jenis Kelamin							
Laki-laki	57	22.12	3.95	45.63	7.08	18.32	8.93
Perempuan	139	20.71	4.07	47.38	7.75	20.77	6.97
Total	196	21.12	4.08	46.87	7.59	20.06	7.65

Hasil Analisis

Berikut ini adalah hubungan variabel penelitian harga diri dan kesepian dengan depresi.

Tabel 2. Analisa Korelasi

Variabel	R	P
Harga diri – depresi	-0.480**	0,000
Kesepian – depresi	0.492**	0,000

Keterangan: (**) p < 0.000

Tabel 3. Analisa Regresi

Pengaruh	R ²	p	Kontribusi
Harga diri terhadap depresi	0.283	0.000	28.3%
Kesepian terhadap depresi	0.242	0.000	24.2%
Harga diri dan kesepian terhadap depresi	0.309	0.000	30.9%

Pembahasan

Hasil temuan analisis di atas memberikan informasi bahwa ada hubungan antara harga diri dan kesepian dengan depresi artinya semakin rendah harga diri maka tingkat depresi cenderung tinggi dan apabila kesepian tinggi maka tingkat depresi juga tinggi, sebaliknya apabila harga diri tinggi maka depresi cenderung rendah dan apabila kesepian rendah maka semakin rendah pula depresi. Penelitian ini menunjukkan bahwa harga diri dan kesepian memberikan sumbangsih secara bersama-sama terhadap depresi. Jadi hipotesis pada penelitian ini diterima.

Berdasarkan penelitian sebelumnya hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa individu dengan harga diri rendah cenderung merasa tidak puas dengan dirinya serta adanya rasa ingin menjadi orang lain, lebih sering mengalami emosi negatif, sulit menerima kegagalan dan kecewa berlebihan saat mengalami gagal, memandang hidup dan berbagai kejadian dalam hidup sebagai hal yang negatif, sulit untuk berinteraksi/ berhubungan dekat dengan orang lain, pesimis, dan tidak berfikir konstruktif (MacKay & Fanning, 2000; Van Zyl, Cronje & Payze, 2006). Harga diri secara mandiri memiliki korelasi yang signifikan dengan depresi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa harga diri mempunyai hubungan yang negatif dan signifikan dengan depresi. hal ini sesuai dengan pernyataan yang menyatakan rendahnya harga diri merupakan faktor yang beresiko terhadap depresi (Orth, Robin, Widaman, & Conger, 2014).

Studi lain menyatakan bahwa individu dengan harga diri tinggi maupun rendah (Coopersmith, 1967) diantaranya individu dengan harga diri tinggi, individu ini cenderung puas dengan karakter dan kemampuan diri. Adanya penerimaan dan penghargaan diri yang positif ini memberikan rasa aman dalam menyesuaikan diri atau bereaksi terhadap stimulus dan lingkungan sosial. Individu dengan harga diri yang tinggi lebih bahagia dan lebih efektif dalam menghadapi tuntutan lingkungan daripada individu dengan harga diri yang rendah. Individu dengan harga diri yang tinggi lebih tegas, mandiri, dan kreatif (Coopersmith, 1967).

Pada penelitian ini kesepian memberikan kontribusi lebih besar pada depresi. Yaitu ketika kesepian tinggi pada individu maka akan diikuti depresi yang tinggi. Harga diri juga demikian, walaupun sumbangsih terhadap depresi lebih rendah. Hasil penelitian lain juga menyatakan apabila individu memiliki skor kesepian yang tinggi, maka akan mempunyai skor depresi tinggi (Cacioppo, Hawkey, Crawford, Budesson & Kowalewski, 2002). Kesepian adalah masalah yang umum (Rokach, & Brock, 1997; Russell, Peplau, & Cutrano, 1980; Storr, 1989). Orang yang tidak bisa menghindari satu masalah yang menyebabkan masalah lain, tidak bahagia, terisolasi, dan kesepian (Peplau & Goldston, 1984). Horowitz & de Sales French (1979) mengklasifikasikan kesepian yang muncul dengan depresi menjadi dua. Pertama kesepian sosial terbentuk karena merasakan diri terasing dalam masyarakat, dan kedua kesepian yang terbentuk ketika orang tidak bisa mendapatkan sesuatu yang diharapkan meskipun ia telah berusaha (Kalliopuska, 1986).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri memberikan pengaruh terhadap depresi sebesar 28%, sedangkan kesepian memberikan pengaruh terhadap depresi sebesar 24%. Pengaruh harga diri lebih besar daripada pengaruh kesepian terhadap depresi. Pengaruh kedua variabel tersebut terhadap depresi adalah sebesar 30%.

Pada penelitian lain remaja yang mengalami depresi, 30% adalah kalangan mahasiswa, dikarenakan mereka sulit untuk melakukan fungsi normalnya secara maksimal sebagai seorang mahasiswa. Hal ini menyimpulkan bahwa depresi mampu menurunkan performa dalam bidang akademik. Pada mahasiswa, angka kejadian depresi banyak muncul pada mahasiswa angkatan pertama dibandingkan angkatan yang lebih senior. Hal ini dikarenakan, tinggal jauh dari orang tua, hal ini banyak dialami oleh mahasiswa perantauan yang kuliah jauh dari kampung halaman mereka, kemudian merindukan teman-teman mereka saat di tempat asal mereka, namun

penyebab yang paling banyak adalah menghadapi kehidupan, lingkungan, dan pergaulan yang baru serta kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan mereka.

Secara keseluruhan remaja pada penelitian ini memiliki korelasi signifikan dan negatif antara harga diri dengan depresi, dapat digambarkan dengan semakin tinggi harga diri, maka semakin rendah depresi yang dimiliki individu, sebaliknya apabila harga diri rendah maka tingkat depresi tinggi. Hubungan kesepian dengan depresi adalah signifikan dan positif, dapat digambarkan dengan semakin tinggi kesepian yang dimiliki individu maka semakin tinggi depresi yang dimiliki individu. Sebaliknya apabila kesepian rendah maka tingkat depresi juga rendah.

Penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa orang yang memiliki harga diri tinggi tidak cenderung mengalami depresi dan akan sukses dalam hidupnya (Crocker & Wolfe, 2003).

Daftar Pustaka

- Allen-Kosal, L-M (2008). Cooperative learning and cooperative pre-training: an intervention for loneliness in elementary students (unpublished doctoral dissertation) sentral michigan university, mount pleasant.
- Andreja. (2006). Gender different in the structure of self concept : are the self conception about physical attractiveness really more important for women's self esteem. *Journal Studia Psychologica*, 48 (1), 31-43
- Andrews, B., Qian, M., & Valentine, J. D. (2002). Predicting depressive symptoms with a new measure of shame: The Experience of Shame Scale. *The British Journal of Clinical Psychology*, 41, 29.
- Attie, I & Brooks-Gunn, J. (1989). Development of eating problems in adolescent girls: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 25:70–79.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial edisi 10*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. E, & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press.
- Bitsika, V., Sharpley, C.F., & Melhem, T.C. (2010). Gender differences in factor scores of anxiety and depression among Australian university students: Implications for counselling interventions. *Canadian Journal of Counselling*, 44, 51-64.
- Bowker, A., Gadbois, S., Cornock, B. (2003). Sports participation and self-esteem: variations as a function of gender and gender role orientation. *Sex roles: A Journal of Research*.
- Cacioppo, J. T., & Hawkley, L. C. (2003). Social isolation and health, with an emphasis on underlying mechanisms. *Perspectives in biology and medicine*, 46(3), S39-S52.
- Cacioppo, J. T., Hawkley, L. C., Crawford, L. E., Ernst, J. M., Burleson, M. H., Kowalewski, R. B., & Berntson, G. G. (2002). Loneliness and health: Potential mechanisms. *Psychosomatic Medicine*, 64(3), 407-417.
- Cacioppo, J. T., Hughes, M. E., Waite, L. C., & Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a spesific risk factor for depressive symptoms: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Journal Psychology and Aging*, 21(1), 140-151.
- Callahan P., Liu P., Purcell R., Parker A. G, Hetrick S. E. (2012). Evidence map of prevention and treatment interventions of depression in young people. *Depression Research and Treatment*. Published online, doi: 10.1155/2012/820735.
- Chou, K., & Chi, I. (2004). Childlessness and psychological well-being in Chinese older adults. *Internasional Journal of Geriatric Psychiatry*, 19, 449-457.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman & Co.
- Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological review*, 108, 593–623
- Delisle, E.J. (1988). What Does Solitude Mean to the Aged? *Canadian Journal on Aging*.7, 358-371
- Doshi Dhara R, and Yogesh AJ. (2013). *Depression and psychological well-being in old age*. Department Of Psychology Saurashtra University Rajkot India.
- Gladstone, T. R. G. dan Koenig, L. J. (2002). Sex Differences in Depression across the High School to College Transition. *Journal of Youth and Adolescence*..23(6), 643-663.

- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical psychology review*, 26(6), 695-718.
- Hisli, N (1989). The validity and reliability of beck depression inventory for university students. *Turk. J. Psychol.*, 7:3-13.
- Horowitz, L. M., & de Sales French, R. (1979). Interpersonal problems of people who describe themselves as lonely. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47(4), 762.
- Hudson, D.B., Elek, S.M., & Campbell-Grossman, C. (2000). Depression, self-esteem, loneliness, and social support among adolescent mothers participating in the New Parents Project, *Journal of Adolescence*, 35 (139), 445- 453.
- Kalliopuska, M. (1986). Empathy, its measurement and application: I. *British Journal of Projective Psychology & Personality Study*.
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity: Theory and research. *Advances in experimental social psychology*, 38, 283-357.
- Lake, Tony (1986). *Kesepian*. Aican.
- Larson R. W. (1990). The Solitary Side of Life : An examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review*, 10, 155-183
- Latipun. (2004). *Psikologi Eksperimen*. Malang: Umm Press.
- Lubis, N.L. (2009). *Depresi: Tinjauan Piskologis*. Jakarta: Kencana
- Marcotte, D. (2002). Irrational Beliefs and Depression in Adolescence. *Journal of Adolescence*.31, 935 – 948.
- McGrath, E. E., Keita, G. P. E., Strickland, B. R., & Russo, N. F. E. (1990). *Women and depression: Risk factors and treatment issues: Final report of the American Psychological Association's National Task Force on Women and Depression*. American Psychological Association.
- McKay, M., & Fanning, P. (2000). *Self esteem*. Third Edition. Canada : New Harbinger Publications, Inc.
- Nevid, J. S., Greene, B., Johnson, P. A., & Taylor, S. (2005). *Essentials of abnormal psychology in a changing world (Canadian Edition)*. Toronto, CA: Pearson Education Canada.
- Nolen-Hoeksema, S., & Ahrens, C. (2002). Age differences and similarities in the correlates of depressive symptoms. *Journal Psychology and Aging*, 17, 116–124.
- Ollendick, T. H., Seligman, L. D., Goza, A. B., Byrd, D. A., & Singh, K, (2003). Anxiety and depression in children and adolescents: A factor-analytic examination of the tripartite model. *Journal of Child and Family Studies*, 12, 157-170.
- Orth, U., Robins, R. W., Widaman, K. F., & Conger, R. D. (2014). Is low self esteem a risk factor of depression? Findings from longitudinal study of Mexican-Origin youth. *Journal of Development Psychology*, 50(2), 622-633. Doi. 10.1037/a0033817.
- Oshagan, H., & Allen, R. L. (1992). Three Loneliness Scales: An Assessment of Thier Measurement Properties. *Journal of personality assessment*, 59(2), 380-409.
- Ozodasik, M. (2001). *Loneliness of Modern people*. Konya: Cizgi Publishing
- Pelham, B. W., & Swann, W.B. (1989). From self-conceptions to self-worth: On the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 672-680.
- Peplau, L. A, & Goldston, S.E. (1984) *Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness*. Washington, D.C. UP. Government printing office.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau, & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. Wiley New York
- Pervin. L. A. (1984). *Personality: Theory and Research*. New York: John Wiley & sons, Inc.
- Petersen, A.C., Schulenberg, J. E., Abrowitz, R. H., Offer, D. & Jarcho, H. D (1984). A self-image questionnaire for your adolescent (SIQYA) : Reliability and Validity Studies. *Journal of Youth and Adolescence*, 13, 93-111.

- Rayle A, Dixon. (2005). Adolescent gender differences in mattering and wellness. *Journal of Adolescence*, 28, 753-763.
- Roberts, J. E., & Monroe, S. M. (1994). A multidimensional model of self-esteem in depression. *Clinical Psychology Review*, 14(3), 161-181.
- Robinson, John.P. Shaver, Philip R. Wrightsman, & Lawrence S. (1991). *Measures of Personality and social psychological attitudes*. Academic Press.
- Rokach, A. (2002). Determinants of loneliness of young adult drug users. *The Journal of Psychology*, 136(6), 613.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of personality assessment*, 66(1), 20-40.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Sadler, W. A. (1978). Dimensions in the Problem of Loneliness: a Phenomenological Approach in Social Psychology. *Journal of Phenomenological Psychology* 9(1):157-187
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence (9th Edition)*. New York: The Mc Graw Hill Co. Inc.
- Shaver, P. R. and Brennan, K. A. (1991). Measurement of loneliness and depression. In *Measurement of Personality and Social Psychological Attitudes*, Vol. 1, J. P. Robinson, P. R. Shaver and L. S. Wrightsman (Eds). New York: Academic Press, Inc., pp. 195–289.
- Steinberg, L. (2002). *Adolescence. Sixth Edition*. New York: McGraw Hill.
- Stice, E. Ragan, J. & Randall, P. (2004). Prospective Relations Between Social Support and Depression: Differential Direction of Effects for Parent and Peer Support? *Journal of Abnormal Psychology*, 113(1), 155–159.
- Storr, A. (1989). *Freud*. Oxford University Press.
- Striegel-Moore, R. H & Franko, D. L. (2003). Epidemiology of binge eating disorder. *International Journal of Eating Disorder*, 34.
- Taylor, J. R., & Turner, R. J. (2001). A longitudinal study of the role and significance of mattering to others for depressive symptoms. *Journal of Health and Social Behavior*, 42, 310-325.
- Teasdale, J. D., & Russell, M. L. (1983). Differential effects of induced mood on the recall of positive, negative and neutral words. *British Journal of Clinical Psychology*, 22(3), 163-171.
- Van Zyl, J. D., Cronje, E. M., & Payze, C. (2006). Low self-esteem of psychotherapy patients: A qualitative inquiry. *The Qualitative Report*, 11(1), 182-208.
- Weiss, R.S (1973). *Loneliness*. Cambridge, MA: MIT University press.