

ABSTRAK**PERBEDAAN TINGKAT KESEPIAN PASCA PUTUS CINTA PADA
INDIVIDU DEWASA AWAL DITINJAU DARI JENIS KELAMIN**

Agnes Berliana Wira Utami
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Universitas Sanata Dharma
2025

Penelitian ini adalah penelitian komparatif dengan tujuan untuk: 1) Mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat kesepian pasca putus cinta pada individu dewasa awal ditinjau dari jenis kelamin; 2) Mengetahui seberapa tinggi tingkat kesepian pada pria dewasa awal pasca putus cinta; 3) Mengetahui seberapa tinggi tingkat kesepian pada wanita dewasa awal pasca putus cinta; 4) Mengetahui butir item skala kesepian mana saja yang teridentifikasi tinggi yang dapat diusulkan sebagai topik pelatihan.

Penelitian ini melibatkan 172 responden dengan usia dewasa awal, terdiri dari 86 pria dan 86 wanita. Instrumen pengukuran yang digunakan adalah skala *likert* yang berfungsi sebagai alat untuk mengukur item kesepian antara kedua sampel. Terdapat 57 item terpakai yang terbagi dalam 3 aspek, yaitu: 1) Isolasi; 2) Keterhubungan relasional; 3) Keterhubungan kolektif. Indeks reliabilitas *Alpha Cronbach* dari skala ini sebesar 0.956. Pengujian asumsi memperoleh data yang berdistribusi normal, namun tidak homogen. Karena asumsi yang diuji tidak terpenuhi, maka peneliti menggunakan uji beda non-parametrik, yaitu *Mann Whitney* dengan nilai p sebesar 0.001. Maka, dapat dinyatakan bahwa pria dewasa awal pasca putus cinta mengalami kesepian yang lebih tinggi dibandingkan wanita.

Hasil dari penelitian ini adalah: 1) Tingkat kesepian pada pria lebih tinggi dibandingkan wanita; 2) Tingkat kesepian pada pria usia dewasa awal cenderung rendah (rendah 36%); 3) Tingkat kesepian pada wanita usia dewasa awal cenderung rendah (rendah 51%); 4) Terdapat 4 item tertinggi, yakni item 1, 45, 49, dan 51 yang akan dijadikan topik usulan pelatihan.

Kata kunci: Kesepian, Putus Cinta.

ABSTRACT***DIFFERENCES IN THE LEVEL OF LONELINESS AFTER A BREAKUP IN EARLY ADULTHOOD INDIVIDUALS IN TERMS OF GENDER***

Agnes Berliana Wira Utami
Guidance and Counseling
Sanata Dharma University
2025

This research is a comparative study with the aims to: 1) Determine wheter there is a difference in the level of loneliness after a breakup in early adulthood individuals in terms of gender; 2) Determine how high the level of loneliness is in early adulthood men after a breakup; 3) Determine how high the level of loneliness is in early adulthood women after a breakup; 4) Determine which loneliness scale items are identified as high wich can be proposed as training topics.

This study involved 172 respondents with early adulthood age. Consisting of 86 men and 86 women. The measurement instrument used was a likert scale that served as a tool to measure loneliness items between the two samples. There were 57 items used wich were divided into 3 aspects, namely: 1) Isolation; 2) Relational connectedness; 3) Collective connectedness. The Cronbach's alpha reliability index of this scale is 0.956. Assumption testing obtained data that was normally distributed, but not homogeneous. Because the assumption tested were not met, the researchers used a non-parametric t-test, namely Mann Whitney with a p value 0.001. So, it can be stated that early adult men after a breakup experience higher loneliness than women.

The results of this study: 1) The level of loneliness in men is higher than women; 2) The level of loneliness in early adulthood men tends to be low (36%); 3) The level of loneliness in early adulthood women tends to be low (51%); 4) There are 4 highest item, namely items 1, 45, 49, and 51 that will be the topic of the proposed training.

Keywords: *Loneliness, Breakup.*