

From Parental Attachment to Loneliness: Self-Esteem as a Mediator in Adolescents

Dari Parental Attachment ke Loneliness: Self-Esteem Sebagai Mediator Pada Remaja

Maria Noveta Angelina¹, Endang Widyorini²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 2025-03-14

Revisi 2025-03-28

Diterima 2025-04-26

Keyword:

Loneliness;

Parental attachment;

Self-esteem

ABSTRACT

Loneliness is a mental health threat often linked to low self-esteem, which can stem from poor parental attachment in childhood. This study examines the indirect relationship between parental attachment and loneliness through self-esteem, as well as the direct relationship. Conducted at SMP Kanisius Kudus with 128 participants, the research used the IPPA (Inventory of Parent and Peer Attachment), R-SES (Rosenberg Self-esteem), and UCLA Loneliness Scale. Mediation analysis in JASP 17.0 revealed a significant indirect negative relationship between parental attachment and loneliness through self-esteem (estimate = -0.171, $p = 0.001$), but no direct relationship (estimate = -0.138, $p = 0.120$). This indicates that self-esteem fully mediates the connection between parental attachment and loneliness. The results of this study provide knowledge about the important role of self-esteem in the negative relationship between parental attachment and loneliness.

ABSTRAK

Loneliness menjadi salah satu ancaman kesehatan mental yang dapat menyebabkan beberapa gangguan mental yang lain. Loneliness selalu terkait dengan self-esteem yang rendah. Perkembangan self-esteem yang rendah dapat disebabkan oleh parental attachment yang buruk sedari kecil. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini untuk mengetahui untuk mengetahui hubungan negatif antara parental attachment dan loneliness secara tidak langsung melalui self-esteem dan secara langsung. Penelitian ini dilakukan di SMP Kanisius Kudus. Teknik sampling yaitu, purposive sampling. Total partisipan adalah 128 partisipan. Alat ukur yang digunakan adalah IPPA (Inventory of Parent and Peer Attachment), R-SES (Rosenberg Self-esteem), dan UCLA Loneliness Scale. Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif mediasi sederhana dengan analysis mediation from JASP 17.0. Hasil dari analisis mediasi adalah terdapat hubungan negatif pada variabel parental attachment dan loneliness secara tidak langsung melalui self-esteem dengan nilai estimasi -171 serta $p = 0.001$ ($p < 0,001$). Namun, hasil lain menunjukkan tidak berbehubungan secara langsung dengan nilai estimasi -138 serta $p = 0.120$. Hal ini berarti hubungan terbentuk dengan mediasi penuh dari self-esteem. Hasil dalam penelitian ini memberikan pengetahuan pentingnya peran self-esteem dalam hubungan negatif parental attachment dan loneliness.

Kata Kunci

Loneliness;

Parental attachment;

Self-esteem

Copyright (c) 2025 Maria Noveta Angelina, Endang Widyorini

Korespondensi:

Maria Noveta Angelina

Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

Email: novetaangelina@gmail.com



LATAR BELAKANG

Loneliness telah menjadi ancaman kesehatan terbaru bagi dunia termasuk Indonesia (Sorongan, 2023). Penjelasan lebih lanjut dari WHO bahwa fenomena ini dipicu oleh meningkatnya penggunaan internet dan telepon pintar (Twenge dkk., 2021). *Loneliness* merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan terkait hubungan interpersonal yang terjalin lebih sedikit dari yang diinginkan atau ketika hubungan interpersonal tersebut tidak memuaskan (Xu dkk., 2018). Hal ini dapat terjadi karena kesenjangan yang dirasakan antara hubungan yang diinginkan dan hubungan nyata yang terjadi (Mahapatra, 2019). Akhirnya, *loneliness* dapat terjadi karena perasaan subjektif yang dirasakan dan bukan berarti perasaan terisolasi dari sosial. Itulah mengapa terdapat individu yang merasakan *loneliness*, walaupun ramai. *Loneliness* dapat terjadi dikarenakan ketidakhadiran dari sosok kelekatan atau dikarenakan keterbatasan dari hubungan sosial (Weiten dkk., 2018).

Loneliness dapat terjadi pada semua titik kehidupan tertentu. Namun, dalam dua literatur menyebutkan prevalensi *loneliness* paling banyak terjadi dan mencapai puncaknya yaitu, pada masa remaja (Qualter dkk., 2015; Van Dulmen & Goossens, 2013). Prevalensi masa remaja yang merasakan *loneliness* dapat mencapai 71%, lebih tinggi daripada masa perkembangan lainnya (Qualter dkk., 2015). Remaja yang mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan atau tidak terpuaskan dalam hubungan sosialnya akan mengalihkan dirinya ke telepon pintarnya yang lebih menarik dan menjauhkan dirinya pada hubungan yang sebenarnya (Adawiah dkk., 2023). Akhirnya seiring berjalannya waktu, remaja akasemakin merasa kurang dalam hubungan sosial yang nyata (Rucita & Rahmasari, 2022).

Loneliness dapat membuat remaja memiliki kualitas hidup yang rendah dan produktivitas kegiatan menurun (Twenge dkk., 2021; Yusuf, 2016). Dalam penelitian-penelitian yang telah dilakukan, *loneliness* memiliki dampak negatif yaitu, depresi (Erzen & Çikrikci, 2018; Wakefield, Bowe, Kellezi, Butcher, & Groeger., 2020), kecemasan (Moeller & Seehuus, 2019), gejala somatis (Dafnaz & Effendy, 2020), penggunaan obat-obatan (Segrin, McNelis, & Pavlich., 2018), *suicidal ideation* (Astuti, 2019; Stickley & Koyanagi, 2016), kualitas tidur yang buruk (Hom dkk., 2017; Wakefield dkk., 2020), dan performa sekolah menurun (Jefferson dkk., 2023). Hal ini dikarenakan remaja yang merasakan *loneliness* sangat mudah gegabah, mengambil keputusan yang salah sehingga mudah untuk merasakan stress (Sabrina, Syakarofath, Karmiyati, & Widyasari, 2022; Weiten dkk., 2018).

Sering terjadi saat remaja mengalami *loneliness*, mereka menjadi tidak ingin untuk menjalin hubungan sosial karena pengalaman hal yang tidak menyenangkan tersebut seperti negatif evaluasi dari sosial (Geukens dkk., 2022; Rahim dkk., 2025). Akhirnya, remaja semakin mengisolasi diri untuk melindungi dan dampak *loneliness* yang menjadi lebih buruk (Bahrami, 2019). Padahal *loneliness* dapat menjadi tanda untuk lebih mengenal, menerima, dan peduli pada diri sendiri (Rickman, 2021). *Loneliness* biasanya akan dikaitkan dengan *self-esteem* yang rendah sehingga penting untuk meningkatkan *self-esteem* dalam diri remaja (Alberti, 2019).

Russell dkk., (1980) menjelaskan bahwa terkaitnya *loneliness* dengan *self-esteem* dapat terjadi karena kepuasan dari diri tentang hubungan sosial.

Rosenberg (dikutip dalam Alwi & Razak, 2022) mengungkapkan *self-esteem* merupakan rasa harga diri yang penting untuk memahami menilai afek positif dan negatif dalam diri. *Self-esteem* merupakan suatu konstruk psikologi bagian dari diri yang bertugas mengevaluasi tentang seberharganya tentang nilai-nilai dalam diri (Yunita & Sarajar, 2024). Saat ada hal yang tidak menyenangkan terjadi, *self-esteem* berperan dalam membuat pikiran tetap terbuka, memvalidasi perasaan, dan memberikan motivasi pada diri ke arah yang lebih positif (Mckay & Fanning, 2016). Remaja yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan berdampak pada kesehatan mental yang positif (Steinberg, 2016). *Self-esteem* yang tinggi dapat memberikan pengaruh kekuatan bagi diri sendiri untuk memahami, menguatkan, dan menghargai diri sendiri (Rickman, 2021; Yurni, 2015).

Terdapat tiga penelitian yang mengungkapkan bahwa *self-esteem* memiliki hubungan yang negatif pada *loneliness* (Ishaq dkk., 2017; Singh, 2024; Yurni, 2015). Penjelasan lebih lanjut bahwa hasil penelitian tersebut dapat diartikan bahwa remaja yang memiliki *self-esteem* yang tinggi memiliki perasaan *loneliness* yang rendah. Dengan demikian sebelum berhubungan dengan orang lain, remaja dapat mempelajari tentang diri sendiri terlebih dahulu yang dapat membantu untuk menemukan kenyamanan dalam berinteraksi dengan orang lain. Penjabaran yang telah dijelaskan menunjukkan pentingnya pengaruh *self-esteem* dalam menurunkan perasaan *loneliness*.

Self-esteem yang tinggi dapat dibentuk sedari kecil oleh orang tua dengan memberikan kenyamanan dan kasih sayang yang cukup sehingga anak berkembang membangun persepsi diri yang berharga (Thomas, 2022). Teori kelekatan orang tua mengemukakan bahwa pengalaman yang dirasakan sejak bayi berinteraksi dengan figur kelekatan akan membangun representasi mental remaja tentang diri, lingkungan, dan figur kelekatan (Karababa, 2022). Menurut Armsden dan Greenberg (Febrina & Rizal, 2021; Idriyani, 2020; Sunanik, 2013; Wilkinson & Goh, 2014) terdapat beberapa aspek *parental attachment* yaitu, kepercayaan dalam memahami keinginan anaknya, komunikasi yang melibatkan orang tua serta anaknya, kedekatan antara anak dengan orang tua sehingga timbul emosi positif dari anaknya.

Menurut Fletcher & Gallichan, (2016) dalam *secure attachment*, hubungan orang tua dengan anak mengutamakan kehangatan dan menghargai pendapat yang meliputi rasa percaya pada diri. Penjelasan lebih lanjut bahwa rasa aman yang telah diberikan orang tua memberikan kekuatan bagi remaja menghadapi perkembangan atau peristiwa yang dapat merubah dirinya dengan respon yang baik. *Secure attachment* orang tua akan membuat remaja memiliki kesejahteraan psikologi (Cai, Hardy, Olsen, Nelson, & Yamawaki 2013; Meisyah & Cahyanti, 2022). Kemudian orang tua yang memberikan *attachment* yang negatif atau tidak aman, maka berdampak pembentukan *self* yang *insecure* (Holmes, 2014).

Dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Dalifa, (2021) dan Sarfika dkk., (2023) *parent attachment* memiliki hubungan positif dengan *self-esteem*. Kemudian terdapat penelitian menjelaskan adanya korelasi *parental attachment* yang *insecure* terhadap *self-esteem* remaja yang menjadi rendah (Muarifah dkk., 2022). Perubahan *self-esteem* sangat berkaitan dengan *parental attachment*. Remaja mengalami perkembangan, kebutuhan semakin meningkat, serta perubahan pada kehidupannya, begitu pula dengan gaya *attachment* dengan orang tuanya yang dibutuhkan para remaja (Dwianti dkk., 2024). Remaja mulai membangun dan menggeneralisasi pengalaman-pengalamannya bersama orang tua berdasarkan pengalaman *attachment* yang diberikan (Buehler, 2017). Pengalaman *attachment* bersama orang tua tersebut dijadikan untuk pengembangan *self* pada remaja terutama pada *self-esteem* remaja (Fletcher, Food, & Hare., 2016; Peng, Hu, Yu, Xiao, & Luo., 2021). Dengan demikian melalui perantara *self-esteem*, *parental attachment* secara tidak langsung memengaruhi *loneliness*.

Terdapat dua penelitian mengungkapkan *loneliness* memiliki hubungan yang negatif pada *parental attachment* (Dianti & Diantina, 2020; Sellawati Pratikto, & Aristawati., 2022). Penelitian lain juga menjelaskan korelasi antara *parental attachment* yang *insecure* meningkatkan perasaan *loneliness* (Borawski dkk., 2021). Hasil-hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa saat *parental attachment* rendah, maka *loneliness* yang dirasakan tinggi dan sebaliknya. Dalam penelitian Sellawati dkk., (2022) menjelaskan lebih lanjut bahwa remaja merasakan *loneliness* karena kurangnya kemampuan hubungan interpersonal sehingga tidak mampu bersosialisasi dengan baik. Kemampuan tersebut diajarkan oleh orang tua saat berkomunikasi dengan anaknya. Hal ini menunjukkan pentingnya *parental attachment* terhadap remaja yang berkaitan dengan *loneliness* (Attahiroh, 2021).

Dalam penelitian Karababa, (2022) *self-esteem* menjadi variabel mediator untuk *parental attachment* dan *loneliness*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan antara *parental attachment* dan *loneliness* yang negatif melalui *self-esteem*. Namun, penelitian untuk memahami hubungan *parental attachment* dan *loneliness* melalui *self-esteem* masih sangat jarang dilakukan terutama di Indonesia. Dengan demikian peneliti tertarik untuk menggunakan acuan dalam penelitian tersebut. Tujuan penelitian ini untuk melihat hubungan *parental attachment* pada *loneliness* melalui *self-esteem* terhadap remaja secara langsung dan tidak langsung.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti mengajukan hipotesis yaitu, adanya hubungan negatif *parental attachment* terhadap *loneliness* melalui *self-esteem* secara langsung atau secara tidak langsung.

METODE PENELITIAN

Desain dan Metode Penelitian

Desain dalam penelitian ini adalah desain penelitian kuantitatif mediasi sederhana dengan *parental attachment* sebagai variabel prediktor, *loneliness* sebagai variabel kriteria, dan *self-esteem* sebagai variabel mediator. Tujuan penelitian ini untuk melihat hubungan *parental attachment* pada *loneliness* melalui *self-esteem* terhadap remaja secara

langsung atau secara tidak langsung. Uji validitas dan reliabilitas menggunakan teknik analisis faktor kofirmatori dan Analisis data dengan *Mediation Analysis* menggunakan program JASP versi 17.0.

Populasi dan Sampel

Penelitian dilakukan di SMP Kanisius Kudus. Teknik sampling yang digunakan yaitu, *purposive sampling*. Partisipan dipilih dengan kriteria tertentu yaitu, kelas VII dan VIII SMP dan remaja yang memiliki orang tua lengkap maupun tidak lengkap. Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran skala melalui link google form yang diserahkan pada masing-masing ketua kelas dan dipandu oleh peneliti.

Skala Loneliness

Peneliti menggunakan skala *UCLA loneliness* berdasarkan Russel, Perplau, dan Cutrona yang telah disederhanakan oleh Xu dkk., (2018) untuk mengungkapkan *loneliness* pada remaja. Skala diterjemahkan dalam bahasa Indonesia kemudian diterjemahkan dalam bahasa inggris oleh orang yang mahir dalam bahasa inggris. Kemudian skala dicocokkan dengan skala asli. Total aitem dalam skala terdiri dari 6 pernyataan. Skala *loneliness* mempunyai model skala likert dengan empat alternatif jawaban yaitu, (1) sangat tidak sesuai, (2) tidak sesuai, (3) sesuai, (4) sangat sesuai. Skala ini memiliki nilai reliabilitas *Alpha Cronbach* 0,845 dan model menunjukkan fit ($X^2/df = 1.02$, CFI=0.999, GFI = 0.995, TLI : 0.999, RMSEA=0.012, $p < 0.05$).

Skala Self-esteem

Dalam mengungkapkan *self-esteem*, peneliti menggunakan *Rosenberg's Self-esteem Scale (RSES)* yang telah disederhanakan dan diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Alwi dan Razak (2022). Skala ini terdapat 2 aspek yaitu, *self-competence* dan *self-liking*. Skala terdiri dari 8 pernyataan dengan alternatif pilihan jawaban yaitu, (1) sangat tidak sesuai, (2) Tidak sesuai, (3) sesuai, (4) sangat sesuai. Skala ini memiliki nilai reliabilitas *Alpha Cronbach* 0,821 dan model menunjukan fit ($X^2 / df = 5$, CFI = 0.987, TLI = 0.977, GFI = 0.997, RMSEA = 0.04, $p < 0.05$).

Skala Parental attachment

Pengukuran untuk *parental attachment*, peneliti menggunakan *Inventory Parent and Peer Attachment (IPPA)* berdasarkan Armsden dan Greenberg yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Idriyani (2020). Peneliti hanya menggunakan *inventory parent attachment* dengan terdiri dari 25 pernyataan. Terdapat empat alternatif jawaban yaitu, (1) sangat tidak sesuai, (2) tidak sesuai, (3) sesuai, (4) sangat sesuai. Model skala ini menghasilkan model yang fit ($X^2 / df = 1$, CFI = 0.970, TLI = 0.964, GFI= 0.995, RMSEA = 0.03, $p < 0,05$).

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini difokuskan untuk memahami peran dari *self-esteem* sebagai mediator dalam hubungan *parental attachment* dan *loneliness* pada remaja di SMP Kanisius Kudus. Total partisipan yang mengikuti penelitian adalah 128.

Usia remaja berkisar 11-14 tahun dengan kelas 7 ada 75 orang dan kelas 8 ada 53 orang. Kemudian, penelitian ini paling didominasi oleh remaja perempuan dengan total 69 dan

remaja laki-laki sebanyak 59 orang. Analisis deskripsi ditampilkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Descriptive Statistic

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Parental Attachment	128	49	82	71.02	7.07
Self-esteem	128	8	32	23.06	4.82
Loneliness	128	6	24	11.87	4.13
Valid N (listwise)	128				

Berdasarkan tabel 1 diatas bahwa pada variabel parental attachment memiliki nilai minimum yaitu 49, nilai maximum yaitu, 82, mean sebesar 71.02, dan standar deviasi sebesar 7.07. Pada variabel self-esteem memiliki nilai minimum sebesar 8, nilai maximum sebesar 32, mean sebesar 23.06, dan standar deviasi sebesar 4.82. Pada variabel loneliness memiliki nilai minimum sebesar 6, nilai maximum sebesar 24, mean sebesar 11.87, dan standar deviasi sebesar 4.13.

Asumsi

Dalam penelitian ini data ketiga variable tidak terdistribusi normal sehingga dalam penelitian uji konfirmatori faktor dan uji mediasi menggunakan *bootstrap analysis*. Kemudian pada uji linearitas dapat dilihat pada table di bawah berikut ini.

Tabel 2. Uji asumsi linearitas

	F	Sig.	Ket.
Parental attachment → self-esteem	48.26	0.000	Linear
Parental attachment → loneliness	42.029	0.000	Linear
Loneliness → Self-esteem	46.453	0.000	Linear

Berdasarkan tabel 2 diatas bahwa variable parental attachment dan self-estem mendapatkan hasil $F = 48.26$ dan $p = 0.000$ ($p < 0.001$) dengan keterangan ada hubungan linear. Pada variable parental attachment dan loneliness mendapatkan hasil $F = 42.029$ dan $p = 0.000$ ($p < 0.001$) dengan

keterangan ada hubungan linear. Kemudian pada variabel loneliness dan self-esteem mendapatkan hasil $F = 46.453$ dan $p = 0.000$ ($p < 0.001$) dengan keterangan adanya hubungan linear pada kedua variabel.

Tabel 3. Hasil analisis Mediasi Indirect Effect

	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
Parental attachment → Self-esteem → Loneliness	-0.171	0.053	-3.195	0.001	-0.307	-0.071

Hasil analisis mediasi pada tabel 3 menunjukan adanya *indirect effect* antara variabel *parental attachment* dan *loneliness* melalui *self-esteem* sebagai mediator dengan nilai estimasi -0,171 dan $p = 0.001$ ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil

tersebut menunjukan adanya hubungan negatif pada variabel *parental attachment* dan *loneliness* melalui *self-esteem*.

Tabel 4. Hasil Analisis Mediasi Direct Effect

	Estimate	Std. Error	z-value	p	95% Confidence Interval	
					Lower	Upper
Parental attachment → Loneliness	-0.138	0.089	-1.554	0,120	-0.300	-0.042

Berdasarkan perhitungan analisis yang ditunjukan pada tabel 4 menunjukan bahwa tidak ada hubungan antara

parental attachment dan *loneliness* secara langsung dengan nilai estimasi -0.138 dan $p = 0.120$.

Tabel 5. Hasil analisis mediasi total effect

							95% Confidence Interval	
			Estimate	Std. Error	z-value	p	Lower	Upper
Parental attachment	→	Loneliness	-0.309	0.096	-3.221	0.001	-0.481	-0.112

Berdasarkan hasil analisis mediasi total effect yang ditunjukkan pada tabel 5, nilai estimasinya adalah -0.309, $p = 0.001$ ($p < 0.05$). Hal ini membuktikan bahwa setelah di mediasi oleh *self-esteem*, menghasilkan hubungan *parental attachment* dan *loneliness*. Dari ketig hasil yang ditunjukkan tabel dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* memiliki peran mediasi penuh dalam penelitian ini karena adanya indirect effect, tetapi tidak ada direct effect pada variabel *parental attachment* dan *loneliness*. Hasil ini dapat diartikan bahwa efek mediasi yang terjadi adalah mediasi penuh atau full mediation.

PEMBAHASAN

Penelitian ini didesain untuk mengetahui adanya peran mediator *self-esteem* pada hubungan *parental attachment* dan *loneliness* pada remaja SMP. *Self-esteem* ditemukan dalam penelitian sebagai mediator dari hubungan *parental attachment* dan *loneliness*. Hal ini berarti *self-esteem* merupakan perantara dari *parental attachment* dan *loneliness*. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Karababa, (2022) yang melakukan penelitian dan mendapatkan hasil *self-esteem* berperan sebagai mediator dari *parental attachment* dan *loneliness*.

Penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang memiliki *parental attachment* rendah maka akan memiliki *self-esteem* yang rendah terlebih dahulu. Kemudian, meningkatkan resiko untuk remaja memiliki perasaan *loneliness*. Sebaliknya, remaja yang memiliki perasaan *loneliness* yang rendah akan memiliki *self-esteem* yang tinggi dan *parental attachment* yang tinggi. *Parental attachment* yang rendah yang dimiliki remaja akan mengarahkan perkembangan yang buruk terutama pada *self-esteem*. Menurut Bowlby (dikutip dalam Holmes, 2014) saat anak memiliki hubungan yang baik dengan orang tuanya atau figur orang tuanya akan membuat perkembangan *self-esteem* menjadi baik.

Perkembangan *self-esteem* yang buruk akan memberikan hasil yang buruk termasuk remaja yang merasakan perasaan *loneliness*. Pernyataan ini didukung juga dari penelitian-penelitian sebelumnya bahwa *parental attachment* merupakan penentu dalam meningkatnya *self-esteem* seperti yang diungkapkan pada penelitian sebelumnya (Dalifa, 2021; Muarifah dkk., 2022). Kemudian *self-esteem* sebagai penentu dalam hubungan negatif dengan *loneliness* yang sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh (Ishaq dkk., 2017; Singh, 2024; Yurni, 2015).

Perkembangan *self-esteem* yang buruk membuat remaja mengalami perkembangan kepribadian yang buruk. Pada penelitian Sarfika dkk., (2023) pada 854 siswa mengungkapkan sebagai akibat *parental attachment* yang rendah membuat perkembangan *self-esteem* menjadi rendah. Kemudian, remaja akan mengalami kesehatan mental lebih parah akibat dari *self-esteem* yang rendah

karena kelekatan orang tua yang diberikan sejak kecil tidak aman. Kelekatan yang aman membuat perkembangan *self-esteem* menjadi baik dan remaja dapat memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya serta mengetahui kelebihan dan kelemahan dalam dirinya (Dwianti et al., 2024).

Perkembangan *self-esteem* yang buruk mengarah pada hasil bahwa *self-esteem* yang rendah. Hal ini membuat remaja memiliki kesalahpahaman tentang situasi, emosi, atau intensi dari orang tertentu sehingga remaja telah memandang lingkungannya dengan buruk terlebih dahulu. Hal ini sejalan dengan penelitian dalam Geukens et al., (2022) bahwa remaja yang memiliki *self-esteem* yang rendah menjadi memiliki perasaan kurang aman dan terus-menerus membandingkan diri pada orang lain. Akhirnya, hal ini menimbulkan *social avoidance* atau penolakan yang mengarah meningkatnya perasaan *loneliness* pada remaja. *Loneliness* menjadi penyebab perilaku remaja menjadi bermasalah dan memiliki permasalahan kesehatan mental yang lain. *Self-esteem* yang rendah selalu terkait dengan penarikan diri dari kehidupan sosial atau memiliki kecemasan sosial yang akhirnya membuat mereka merasa bahwa mereka tidak diinginkan atau tidak masalah tanpa orang lain (Wisesa & Purwandari, 2024). Oleh karena itu, perasaan *loneliness* semakin meningkat. Hal ini dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* memiliki peran penting dalam penelitian ini.

Akhirnya dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* memerankan perannya sebagai mediator penuh yang meningkatkan nilai estimasi dari hubungan negatif *parental attachment* dan *loneliness*. Hal ini dapat berarti bahwa *parental attachment* yang kurang sejak anak-anak dapat menimbulkan perkembangan *self-esteem* yang buruk bagi remaja. Dampaknya adalah meningkatkan resiko dari perasaan *loneliness* dan mengarah gangguan kesehatan mental yang lain. Hasil dari penelitian ini mendapatkan pengetahuan tentang kontribusi dari *self-esteem* sebagai mediator pada hubungan negatif *parental attachment* dan *loneliness*. Oleh karena itu, penting untuk lebih memahami lebih dalam tentang *parental attachment* dan *loneliness* melalui variabel lain dalam penelitian selanjutnya. Variabel lain yang mungkin berpengaruh dalam hubungan *parental attachment* dan *loneliness* yaitu, *self-efficacy*, *cognitive competence*, atau *social anxiety* (Karababa, 2022).

KESIMPULAN

Hasil dari penelitian ini mendapatkan bahwa ada hubungan negatif *parental attachment* dan *loneliness* melalui peran *self-esteem* sebagai mediator secara tidak langsung. Namun, tidak ada hubungan negatif antara *parental attachment* dan *loneliness* secara langsung. Nilai estimasi dari hubungan tidak langsung adalah -171 dan $p < 0.00$. Kemudian nilai estimasi hubungan langsung antara *parental attachment* dan *loneliness* adalah -138 dan $p = 0.120$. *Self-esteem* memiliki

peran penuh dalam mediasi. Hal ini dapat disimpulkan dengan rendahnya *parental attachment* akan membuat *self-esteem* menjadi rendah, lalu berdampak pada perasaan *loneliness* yang meningkat pada remaja. Hal sebaliknya jika *parental attachment* yang dimiliki remaja baik atau tinggi, maka *self-esteem* juga ikut tinggi dan perasaan *loneliness* akan rendah. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan variabel lain yang mungkin berpengaruh pada hubungan *parental attachment* dan *loneliness* seperti *self-efficacy*, *cognitive competence*, atau *social anxiety*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiah, R., Sofia, L., & Rasyid, M. (2023). Intimacy in Teenage Roleplay Players Problematic Internet Use Judging from Loneliness Factors. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(3), 422. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i3> p-ISSN
- Alberti, F. B. (2019). A Biography Of Loneliness. In *Contemporary British History* (1st ed., Vol. 37, Issue 2). Oxford university Press. <https://doi.org/10.1080/13619462.2020.1777540>
- Alwi, M. A., & Razak, A. (2022). Adaptasi Rosenberg's Self-Esteem di Indonesia. *Seminar Nasional Hasil Penelitian 2022: Seminar Nasional Hasil Penelitian 2022: Membangun Negeri Dengan Inovasi Tiada Henti Melalui Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1074–1080.
- Astuti, Y. D. (2019). Kesepian dan Ide Bunuh Diri di Kalangan Tenaga Kerja Indonesia. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(1), 35–58. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss1.art4>
- Attahiroh, A. (2021). Attachment, Self-Esteem, And Social Skills in Students Living in Boarding Houses. *International Journal of Research Publications*, 84(1), 136–141. <https://doi.org/10.47119/ijrp100841920212255>
- Bahrami, S. H. (2019). *The Loneliness Companion: A Practical Guide For Improving Your Self-Esteem and Finding Comfort in Yourself*. Rockridge Press.
- Borawski, D., Wajs, T., Sojka, K., & Misztal, U. (2021). Interrelations between Attachment Styles, Emotional Contagion and Loneliness. *Journal of Family Issues*, 42(9), 2064–2082. <https://doi.org/10.1177/0192513X20966013>
- Buehler, S. (2017). Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications. In *Journal of Sex & Marital Therapy* (3rd ed., Vol. 43, Issue 4). Guilford Press. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2017.1317533>
- Cai, M., Hardy, S. A., Olsen, J. A., Nelson, D. A., & Yamawaki, N. (2013). Adolescent-Parent Attachment as a Mediator of Relations Between Parenting and Adolescent Social Behavior and Wellbeing in China. *International Journal of Psychology*, 48(6), 1185–1190. <https://doi.org/10.1080/00207594.2013.774091>
- 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>
- Dalifa, P. A. (2021). Hubungan antara Parent Attachment dengan Self Esteem pada Mahasiswa di Sumatera Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 3621–3626. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/1436>
- Dianti, P., & Diantina, F. P. (2020). Hubungan Parental attachment dengan Loneliness pada Gamers Usia Remaja di Kota Bandung. *Seminar Penelitian Sivitas Akademika UNISBA*, 387–391.
- Dwianti, S., Riza, W. L., & Aisha, D. (2024). Self-esteem in Fatherless Adolescent is reviewed by Parental Attachment and Peer Relationship. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(3), 333–340. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v12i3>
- Erzen, E., & Çikrikci, Ö. (2018). The effect of loneliness on depression: A meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 64(5), 427–435. <https://doi.org/10.1177/0020764018776349>
- Febrina, W., & Rizal, G. L. (2021). Hubungan antara Parent Attachment dan Kompetensi Sosial pada Remaja Tengah di Sumatera Barat. *Jurnal Wacana Psikologi*, 13(2), 167–175. <https://jurnalwacana.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/wacana/article/download/213/pdf>
- Fletcher, H. K., Flood, A., & Hare, D. J. (2016). *Attachment in Intellectual and Developmental Disability: A Clinician's Guide to Practice and Research* (1st ed.). John Wiley & Sons, Ltd. <https://doi.org/10.1002/9781118938119>
- Geukens, F., Maes, M., Spithoven, A., Pouwels, J. L., Danneel, S., Cillessen, A. H. N., van den Berg, Y. H. M., & Goossens, L. (2022). Changes in adolescent loneliness and concomitant changes in fear of negative evaluation and self-esteem. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 10–17. <https://doi.org/10.1177/0165025420958194>
- Holmes, J. (2014). *John Bowlby and Attachment Theory*. In *John Bowlby and Attachment Theory* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315879772>
- Hom, M. A., Hames, J. L., Bodell, L. P., Buchman-Schmitt, J. M., Chu, C., Rogers, M. L., Chiurliza, B., Michaels, M. S., Ribeiro, J. D., Nadorff, M. R., Winer, E. S., Lim, I. C., Rudd, M. D., & Joiner, T. E. (2017). Investigating Insomnia as a Cross-Sectional and Longitudinal Predictor of Loneliness: Findings From Six Samples. In *Psychiatry Research* (Vol. 253). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.03.046>
- Idriyani, N. (2020). Adaptasi alat ukur kelekatan dengan orang tua. *Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*, 1–17. [https://repository.uinjkt.ac.id/Space/Bitstream/123456789/59974/4/Adaptasi Alat Ukur%0AKelekatan Pada Orangtua.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/Space/Bitstream/123456789/59974/4/Adaptasi%20Alat%20Ukur%20Kelekatan%20Pada%20Orangtua.pdf)
- Ishaq, G., Solomon, V., & Khan, O. (2017). Relationship between self-esteem and loneliness among university students living in hostels. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 6(2). <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2017.1735>
- Jefferson, R., Barreto, M., Jones, F., Conway, J., Chohan, A., Madsen, K. R., Verity, L., Petersen, K. J., & Qualter, P. (2023). Adolescent loneliness across the world and its relation to school climate, national culture and academic performance. *British Journal of Educational Psychology*, 93(4), 997–1016. <https://doi.org/10.1111/bjep.12616>
- Karababa, A. (2022). Understanding the association between parental attachment and loneliness among adolescents: The mediating role of self-esteem. *Current Psychology*, 41(10), 6655–6665. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01417-z>
- Mahapatra, S. (2019). Smartphone Addiction and Associated Consequences: Role of Loneliness and Self-Regulation. *Behaviour and Information Technology*, 38(8), 833–844. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2018.1560499>
- Mckay, M., & Fanning, P. (2016). *Self-Esteem: A Proven Program of Cognitive Techniques For Assessing, Improving, And Maintaining Your Self-Esteem* (4th ed., Issue september 2016). Raincoast Books.
- Meisyah, S. I., & Cahyanti, I. Y. (2022). Pengaruh Parent Attachment Terhadap Self-Esteem Remaja yang Orang tuanya Bercerai. *Jurnal Pembelajaran Dan Pengembangan Diri*, 2(3), 639–646.
- Moeller, R. W., & Seehuus, M. (2019). Loneliness as a Mediator for College Students' Social Skills and Experiences of Depression and Anxiety. *Journal of Adolescence*, 73, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.03.006>
- Muarifah, A., Mashar, R., Hashim, I. H. M., Hidayah, N., & Oktaviani, F. (2022). Aggression in Adolescents: The Role of Mother-Child Attachment and Self-Esteem. *Behavioral Sciences*, 12(5). <https://doi.org/10.3390/bs12050147>
- Peng, B., Hu, N., Yu, H., Xiao, H., & Luo, J. (2021). Parenting Style and Adolescent Mental Health: The Chain Mediating Effects of Self-Esteem and Psychological Inflexibility. *Frontiers in Psychology*, 12(October 2021), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.738170>
- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., Maes, M., & Verhagen, M. (2015). Loneliness Across the Life Span. *Perspectives on Psychological Science*, 10(2), 250–264. <https://doi.org/10.1177/1745691615568999>
- Rahim, A. C. E., Belung, Y. K., & Karmiyati, D. (2025). The Moderating Role of Social Support in Relationships Self-Disclosure and Loneliness in Adolescents: A Systematic Literature Review. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 13(1), 55–60. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v13i1> p-ISSN
- Rickman, C. (2021). *Navigating Loneliness: How to Reconnect With Yourself and Others* (Issue september 2016). Welbeck Balance.
- Rucita, N., & Rahmasari, D. (2022). Hubungan Antara Kesepian dan Kontrol Diri Terhadap Remaja yang Mengalami Smartphone Addict. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(3), 29–35.
- 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(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.39.3.472>

- Sabrina, K. N., Sykarofath, N. A., Karmiyati, D., & Widyasari, D. C. (2022). Loneliness dan Internalizing Problems Remaja. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 5(2), 142–149. <https://doi.org/10.36341/psi.v5i2.2337>
- Sarfika, R., Saifudin, I. M. M. Y., Sari, I. M., Murni, D., Malini, H., & Abdullah, K. L. (2023). Investigating associations between emotional and behavioral problems, self-esteem, and parental attachment among adolescents: A cross-sectional study in Indonesia. *Heliyon*, 9(11), e21459. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e21459>
- Segrin, C., McNelis, M., & Pavlich, C. A. (2018). Indirect Effects of Loneliness on Substance Use through Stress. *Health Communication*, 33(5), 513–518. <https://doi.org/10.1080/10410236.2016.1278507>
- Sellawati, F., Pratikto, H., & Aristawati, A. R. (2022). Keadaan loneliness pada dewasa awal : Benarkah ada peranan parental attachment? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(3), 281–288. website: <https://aksiologi.org/index.php/inner%0AVolume>
- Singh, M. (2024). Loneliness in Early Adulthood: The Roles of Self-Esteem and Locus of Control. *The International Journal of Indian Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.25215/1201.125>
- Sorong, T. P. (2023). Alert! WHO Umumkan Ancaman Kesehatan Global Terbaru: Kesepian. CNBC. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20231120084027-4-490287/alert-who-umumkan-ancaman-kesehatan-global-terbaru-kesepian>
- Steinberg, L. (2016). Adolescence. In *McGraw-Hill* (11th ed.). Mc Graw Hill Education.
- Stickley, A., & Koyanagi, A. (2016). Loneliness, common mental disorders and suicidal behavior: Findings from a general population survey. *Journal of Affective Disorders*, 197, 81–87. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.02.054>
- Sunanik. (2013). Pelaksanaan Terapi Wicara dan Terapi Sensori Integrasi pada Anak Terlambat Bicara. *Jurnal Pendidikan Islam*, 7(April). <http://journal.walisongo.ac.id/index.php/nadwa>
- Thomas, H. R. (2022). Influences and Importance of Self-Awareness, Self-Evaluation and Self-Esteem. In *Nova Medicin& Health*. Nova Science Publishers, Inc. <https://doi.org/10.52305/LBD17424>
- Twenge, J. M., Haidt, J., Blake, A. B., McAllister, C., Lemon, H., & Le Roy, A. (2021). Worldwide increases in adolescent loneliness. *Journal of Adolescence*, 93(January), 257–269. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.06.006>
- Van Dulmen, M. H. M., & Goossens, L. (2013). Loneliness trajectories. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1247–1249. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.08.001>
- Wakefield, J. R. H., Bowe, M., Kellezi, B., Butcher, A., & Groeger, J. A. (2020). Longitudinal associations between family identification, loneliness, depression, and sleep quality. *British Journal of Health Psychology*, 25(1), 1–16. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12391>
- Weiten, W., Dunn, D. S., & Hammer, E. Y. (2018). *Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in the 21st Century* (12th ed.). Cengage Learning.
- Wilkinson, R. B., & Goh, D. Y. L. (2014). Structural, age, and sex differences for a short form of the inventory of parent and peer attachment: The IPPA-45. *Journal of Relationships Research*, 5. <https://doi.org/10.1017/jrr.2014.5>
- Xu, S., Qiu, D., Hahne, J., Zhao, M., & Hu, M. (2018). Psychometric properties of the short-form UCLA Loneliness Scale (ULS-8) among Chinese adolescents. *Medicine (United States)*, 97(38). <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000012373>
- Yunita, R., & Sarajar, D. K. (2024). Improving Learning Achievement Through a Self-Esteem Perspective: The Secret to Student Success Meningkatkan Prestasi Belajar Melalui Perspektif Self-Esteem : Rahasia Keberhasilan Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(3), 326–332. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v12i3-p-ISSN>
- Yurni, Y. (2015). Perasaan Kesepian dan Self Esteem Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 15(4), 123–128. <https://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah/article/view/134/129>
- Yusuf, R. N. P. (2016). Hubungan Harga Diri dan Kesepian dengan Depresi Remaja. *Seminar Asean Psychology & Humanity*, 19–20.