

Kontribusi Keberfungsian Keluarga pada Kesepian Individu Menikah

The Contribution of Family Functioning on the Loneliness of Married Individuals

Alessandra Theresia^{1*}, *Erni Simanjuntak*¹, *Helsa*¹

¹Universitas Pelita Harapan, Jln. M.H. Thamrin Boulevard No. 1100 Klp. Dua Tangerang, Banten

[1alessandra.theresia@uph.edu](mailto:alessandra.theresia@uph.edu), [2erni.simanjuntak@uph.edu](mailto:erni.simanjuntak@uph.edu), [3helsa.fpsi@uph.edu](mailto:helsa.fpsi@uph.edu)

Abstract. *Marriage is an intimate relationship between a man and a woman to take on new responsibilities and roles as husband and wife. In married life, the husband and wife relationship is often assumed to be a predictor that can reduce levels of loneliness. However, it has been found in several phenomena that low family functioning in husband and wife relationships can cause married individuals to experience loneliness. The research aimed to examine the influence of family functioning on loneliness in nuptial individuals. This research is correlational quantitative research with 168 subjects who are married individuals. The data collection method uses measuring instrument scales, namely The Brief Assessment Family Functioning Scale and the R-UCLA Loneliness Scale, which have been adapted in previous research. The study's results stated that the research hypothesis was accepted that there was a negative influence between family functioning and loneliness in married individuals ($R^2 = 0.369$, $b = -0.949$, $p = .000$; $p < .001$). This shows that family functioning predicts reduced levels of loneliness in nuptial individuals. The suggestion from this research is that married couples focus on forming a family functioning system to build effective interactions as a married couple, which will ultimately be able to develop positive relationships when relating to children, reducing the loneliness they experience.*

Keywords: *family functioning, loneliness, marital individual.*

Abstrak. Menikah merupakan relasi intim yang terjadi antara pria dan wanita untuk bisa mengambil tanggung jawab dan peran baru sebagai suami istri. Dalam kehidupan pernikahan, hubungan suami istri ini sering diasumsikan sebagai salah satu prediktor yang mampu mengurangi tingkat kesepian. Namun, ditemukan dalam beberapa fenomena bahwa keberfungsian keluarga yang rendah dalam relasi suami istri bisa menyebabkan individu yang menikah bisa mengalami kesepian. Tujuan dari penelitian adalah untuk melihat pengaruh keberfungsian keluarga terhadap kesepian pada individu menikah. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan subjek berjumlah 168 orang yang merupakan individu menikah. Metode pengumpulan data melalui skala alat ukur yaitu The Brief Assessment Family Functioning Scale dan R-UCLA loneliness scale yang telah diadaptasi dalam penelitian sebelumnya. Hasil penelitian menyatakan bahwa hipotesis penelitian diterima bahwa ada pengaruh negatif antara keberfungsian keluarga dan kesepian pada individu menikah ($R^2 = 0.369$, $b = -0.949$, $p = .000$; $p < .001$). Hal ini menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga memprediksi penurunan tingkat kesepian pada individu menikah. Saran dari penelitian ini adalah pasangan menikah perlu untuk fokus dalam pembentukan sistem keberfungsian keluarga dalam rangka membangun interaksi yang efektif sebagai pasangan suami istri yang pada akhirnya akan bisa membentuk relasi yang positif ketika berelasi dengan anak yang kemudian akan menurunkan kesepian yang dialami.

Kata kunci: keberfungsian keluarga, kesepian, individu menikah.

Pendahuluan

Menikah adalah komitmen yang dinyatakan antara pria dan wanita untuk bersatu dan menerima peran baru mereka sebagai suami dan istri (Murdiana, 2017). Dalam kehidupan pernikahan, hubungan antara suami dan istri akan membentuk peran baru, kebutuhan baru, hak-hak baru, dan aturan baru untuk memenuhi kebutuhan. Suami dan istri perlu untuk bekerja sama dalam mencapai tujuan dalam hubungan pernikahan dan perlu untuk berinteraksi sesuai fungsinya. Istri perlu untuk mendapatkan afeksi, perhatian, kebutuhan akan relasi yang aman, perasaan dipahami, dan kebutuhan intimasi dari suami. Hal yang sama juga diperlukan suami dengan kebutuhan akan dihargai, perhatian dan afeksi dari istri. Suami dan istri juga memiliki kewajiban untuk memenuhi kebutuhan pasangan mereka dan dalam hal ini diperlukan untuk melakukan interaksi yang bersifat *mutual*. Pernikahan juga membawa pasangan untuk melangkah ke tahapan dalam membangun keluarga (Medellu & Azzahra, 2022). Dalam kehidupan pernikahan, setiap tahapan yang dihadapi akan memiliki tantangan tersendiri, serta proses adaptasi dalam setiap tahapan bisa berbeda bagi setiap individu yang menikah. Walaupun demikian, setiap anggota keluarga, terutama pasangan suami istri diharapkan bisa melewati setiap tantangan dan mampu beradaptasi dengan baik agar perkembangan dalam keluarga bisa berjalan dengan baik.

Stokes (2017) menyatakan pernikahan diketahui memiliki banyak manfaat untuk bisa melindungi seseorang terutama dalam kesehatan fisik, emosional, dan psikologis. Pernikahan seringkali dihubungkan dengan perasaan yang positif dan membuat seseorang menjadi tidak sendiri lagi. Membahas mengenai pernikahan dan kesepian merupakan hal yang menarik untuk diteliti. Stokes (2017) menyatakan bahwa salah satu faktor protektif yang terkuat untuk melawan perasaan kesepian adalah melalui pernikahan. Stokes juga menambahkan kualitas hubungan pernikahan bisa menentukan hubungan tersebut bisa melindungi seseorang untuk tidak merasakan perasaan kesepian atau cenderung meningkatkan perasaan kesepian tersebut. Seringkali ketika membahas mengenai pernikahan, konsep kesepian diabaikan karena dianggap orang yang menikah tidak akan mengalami kesepian (Stack, 1998). Pernikahan biasanya dikaitkan dengan berkurangnya rasa kesepian terutama ketika membahas mengenai relasi suami dan istri namun tidak berlaku ketika berhubungan dengan relasi antara orang tua dan anak. Lebih Lanjut menurut Stack (1998) hubungan dalam pernikahan lebih bisa menentukan dan memprediksi perasaan kesepian dibanding hubungan dalam hidup bersama tanpa ikatan atau dalam bentuk persahabatan. Kesepian menurut Zhou, dkk. (2016) merupakan pengalaman perasaan emosi yang negatif secara subjektif dihasilkan ketika individu mengalami hubungan interpersonal yang gagal untuk memenuhi kebutuhan sosial. Beberapa penelitian menemukan konsekuensi yang negatif dari kesepian meliputi kerusakan pada kualitas hidup, penurunan kesehatan, resiko penurunan kognitif, ketidakmampuan, dan susah tidur. Kesepian didefinisikan

sebagai perasaan subjektif dari individu yang merasa terisolasi secara sosial. Berdasarkan teori kognitif, kesepian adalah persepsi subjektif akibat tidak ada titik temu antara interaksi sosial yang diinginkan yang mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan individu. Perlman & Peplau (1998) menyatakan kesepian adalah perasaan kekurangan dan ketidakpuasan yang disebabkan oleh kesenjangan antara harapan dan kenyataan yang dirasakan oleh individu tentang tingkat hubungan sosial yang dimiliki. Seorang individu bisa merasakan kesepian apabila tidak mampu membangun kedekatan dalam hubungan interpersonal seperti yang diharapkannya. Kesepian dapat menyerang individu tanpa melihat kondisi, keadaan maupun tempat. Individu dapat merasa kesepian pada saat berada di keramaian karena kebutuhan sosialnya tidak terpenuhi walau berada pada tempat ramai. Dengan kata lain, individu bisa merasakan kesepian ketika merasakan ketidakpuasan dalam hubungan sosial yang dijalannya saat ini. Stokes (2017) juga menambahkan perasaan kesepian terjadi bukan karena dibatasi dengan kesendirian namun lebih karena kurangnya perasaan intim seseorang dalam hubungan sosial yang dijalani.

Gazadinda & Pasaribu (2021) menyatakan menikah sering dianggap sebagai suatu faktor yang bisa membuat perasaan kesepian menjadi rendah namun pernikahan tidak selalu memberikan dampak pada penurunan level kesepian. Beberapa penelitian menemukan bahwa ketiadaan jalinan hubungan intim bersama pasangan adalah faktor kontribusi yang cukup signifikan terhadap terjadinya kesepian. Salah satu penelitian yang menemukan bahwa pernikahan tidak selalu memberikan jaminan kesepian menjadi rendah adalah penelitian yang dilakukan oleh O'neal & Wickrama (2020). Di penelitian ini ditemukan hubungan pernikahan yang negatif dan penuh dengan stress menyebabkan perasaan kesepian dan isolasi meningkat. Penelitian lain yang dilakukan oleh Yusnita, dkk. (2018) menemukan bahwa hubungan pernikahan yang terjadi pada istri tentara yang harus mengalami kondisi hubungan jarak jauh karena suami yang ditugaskan di luar kota mengalami kesepian yang mendalam karena kesulitan untuk menjalin hubungan jarak jauh yang dialami walau bisa diatasi dengan cara-cara tertentu. Penelitian juga dilakukan oleh Mijilputri (2014) yang juga melakukan penelitian kualitatif pada istri-istri yang harus mengalami hubungan jarak jauh karena suami yang ditugaskan beda kota yang membuat para istri mengalami kesepian secara emosional dan kurangnya dukungan dalam keluarga terutama dukungan dengan suami. Dari beberapa penelitian tersebut ditemukan ketika hubungan pernikahan jarak jauh dilakukan dan terjadi dukungan keluarga yang kurang menyebabkan pasangan mudah untuk mengalami kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Hsieh & Hawkley (2018) menemukan bahwa pernikahan dengan dukungan rendah dan tinggi tekanan akan cenderung mengalami kesepian yang lebih tinggi dan dampak kesepian tidak hanya berlaku untuk istri namun juga pada suami terutama juga ketika kualitas hubungan dengan keluarga dan teman yang kurang mendukung akan memperburuk kualitas perkawinan terhadap kesepian. Penelitian lain juga dilakukan oleh Ayalon dkk. (2013) menyatakan bahwa hubungan pernikahan

sangat mempengaruhi tingkat kesepian pada pasangan menikah. Jadi *lower positive appraisal*, *greater negative appraisal* dan tingkat kedekatan yang rendah akan berhubungan dengan perasaan kesepian pasangan menikah. Kualitas interaksi pernikahan juga ditemukan memiliki kecenderungan untuk menentukan apakah interaksi pernikahan akan berhubungan negatif atau positif dengan kesepian di antara pasangan.

Lebih lanjut, O'neal & Wickrama (2020) juga membahas walau ketika individu masuk dalam pernikahan akan mengalami hubungan yang paling intim secara psikologis, sosial maupun dukungan, namun tidak semua pernikahan bisa berjalan sebagaimana mestinya. Beberapa penelitian telah membahas mengenai pernikahan yang mengalami kendala karena berbagai situasi seperti keterpisahan dalam jarak, kurang dalam komunikasi maupun interaksi yang kurang efektif yang sering menyebabkan terjadinya ketidakberfungsian peran dalam pasangan. Ketidakberfungsian keluarga ini sering menjadi prediktor aktif menyebabkan seseorang mengalami kesepian. Penelitian yang dilakukan oleh Yun, dkk (2021) menemukan bahwa keberfungsian keluarga yang buruk bisa menyebabkan level kesepian yang meningkat terutama untuk dewasa akhir. Dalam hal ini keberfungsian keluarga yang tinggi bisa menyebabkan perkembangan kesehatan pikiran dan fisik anggota keluarga menjadi positif sehingga bisa menyebabkan lingkungan keluarga menjadi positif. Maka dari sini bisa terlihat keberfungsian dalam keluarga juga memiliki peran yang penting terhadap perasaan-perasaan yang berhubungan dengan kesepian.

Cong, dkk (2022) menyatakan keberfungsian keluarga dilihat sebagai sebuah unit yang memiliki hubungan yang erat dengan persatuan, kedekatan, interaksi, dan hubungan antar anggota dalam lingkungan keluarga. Lebih lanjut dijelaskan bahwa keberfungsian keluarga mencakup bagaimana anggota keluarga dalam hal ini pasangan suami istri menjalani rutinitas sehari-hari dengan memenuhi peran mereka sebagai suami istri dalam keluarga yang dibentuk. Sudah menjadi hal yang lumrah dalam suatu hubungan akan mengalami konflik. Yun, dkk. (2021) menyatakan kondisi keluarga yang diharapkan adalah dengan sistem terbuka dimana anggota di dalamnya saling menunjukkan pengaruh timbal balik. Atmosfer keluarga yang berkembang adalah dengan penuh cinta dan setiap anggota keluarga merasa diterima apa adanya. Ketika keberfungsian keluarga dipersepsikan positif ketika anggota keluarga bisa bersama menyelesaikan konflik yang terjadi dan saling bisa merespon pada permintaan dengan kesenangan. Keberfungsian keluarga menurut McMaster (Yun, dkk., 2021) dinyatakan sebagai proses dalam sistem keluarga sebagai inti dan asumsi bahwa fungsi dasar dari keluarga untuk menyediakan kondisi lingkungan yang tepat bagi anggota keluarga untuk mengembangkan aspek fisik, psikologis, sosial, dan aspek lainnya. Untuk bisa memahami fungsi dasar dari keluarga maka sistem dalam keluarga perlu untuk memenuhi tugas dasar yaitu tugas memenuhi kebutuhan

dasar, tugas untuk membantu masing-masing anggota mengalami pertumbuhan secara personal, dan tugas-tugas ketika anggota keluarga mengalami situasi darurat.

Keberfungsian keluarga merupakan salah satu faktor yang efektif untuk membangun stabilitas dalam keluarga (Pourmovahed dkk., 2021). Keberfungsian keluarga bisa di definisikan sebagai tingkatan sejauh mana keluarga sebagai satu kesatuan bisa mengatur kondisi, mengorganisir diri sebagai individu, beradaptasi dengan perubahan, menyelesaikan konflik, menetapkan norma dan menciptakan kepatuhan, serta menghormati nilai-nilai, aturan dan prinsip dalam keluarga (Gonzales, dkk., 2021). Salah satu pendekatan pembelajaran mengenai keberfungsian keluarga yang cukup banyak dipelajari adalah keberfungsian keluarga menurut McMaster yang secara komprehensif mempelajari asesmen dan *treatment* dalam keluarga. Pourmovahed, dkk. (2021) menyatakan dalam model keberfungsian keluarga yang dikemukakan McMaster digunakan pendekatan secara kognitif untuk membantu pasangan pernikahan untuk mempertahankan stabilitas pernikahan dan mengurangi resiko perceraian. Keberfungsian keluarga menurut McMaster tidak berusaha untuk membahas mengenai semua aspek namun terdapat enam dimensi yang menjadi catatan dalam teori ini. Keberfungsian keluarga pada teori ini dibahas melalui enam dimensi, yaitu *problem solving*, *communication role*, *affective responsiveness*, *affective involvement*, dan *behavior control*. Dimensi *problem solving* merefleksikan kemampuan anggota keluarga untuk memecahkan masalah dan melanjutkan ke tahapan selanjutnya dalam hubungan keluarga. Dimensi *communication* diperlukan untuk melihat efektifitas, jangkauan, keterbukaan, dan kejelasan pertukaran informasi antar anggota keluarga. Dimensi *role* menggambarkan sumber daya yang dimiliki dalam keluarga untuk mendukung, mengembangkan dan memelihara sistem dalam keluarga seperti peran pengambilan keputusan, pekerjaan rumah tangga. Dimensi *affective responsiveness* meliputi kemampuan anggota keluarga untuk merespon dengan emosi yang tepat baik emosi positif maupun negatif. Terakhir adalah dimensi *behaviour control* yang merupakan standar dan garis batas untuk perilaku di anggota keluarga. Dalam penelitian ini, skala keberfungsian keluarga yang digunakan berdasarkan *McMaster model of family functioning* yang kemudian dikembangkan dan diringkas menjadi 12 item pengukuran oleh Mansfield dkk (2018) untuk mengukur kepuasan dan tingkat stress dalam keluarga diukur melalui keberfungsian keluarga secara umum.

Beberapa penelitian menemukan bahwa keberfungsian keluarga memiliki hubungan yang negatif dengan kesepian seperti penelitian yang dilakukan Hidayati (2018) terhadap remaja yang memiliki orang tua tunggal. Uruk & Demir (2003) menemukan bahwa komunikasi yang kurang efektif antar anggota keluarga dan ketidakmampuan mendiskusikan masalah dalam keluarga akan membuat remaja mengalami kesepian. Tidak hanya dalam relasi orang tua dan anak, penelitian lain yang dilakukan oleh O'neal & Wickrama (2020) menemukan bahwa pada masa dewasa akhir, interaksi pernikahan yang penuh dengan konflik berhubungan erat dengan

peningkatan tingkat kesepian yang pada akhirnya membuat gangguan kesehatan pada pasangan dewasa akhir. Yun dkk. (2021) menyatakan buruknya keberfungsian keluarga juga menyebabkan tingkat kesepian yang meningkat pada pasangan lanjut usia ini. Ketika pasangan menikah bisa menjalankan peran sesuai dengan fungsi keluarga maka bisa mempengaruhi pemikiran dan tubuh yang sehat pada anggota keluarga yang pada akhirnya memiliki pengaruh yang baik pada respon emosi dan kesehatan mental pada individu yang memungkinkan penurunan perasaan kesepian (Yun, dkk., 2021).

Berdasarkan uraian-uraian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian untuk mengetahui pengaruh keberfungsian keluarga pada kesepian pada individu menikah. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah karakteristik subjek penelitian yang merupakan individu menikah. Manfaat dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pemikiran mengenai keberfungsian keluarga dan kesepian pada individu menikah. Hipotesis penelitian ini adalah ada pengaruh negatif antara keberfungsian keluarga dan kesepian pada individu menikah. Semakin positif keberfungsian keluarga maka semakin rendah kesepian pada subjek penelitian.

Metode

Partisipan dalam penelitian ini direkrut melalui penyebaran data menggunakan *google form*. Metode yang digunakan dengan *non probability sampling techniques*. Partisipan yang dipilih adalah individu menikah dengan total 168 partisipan. Menurut undang-undang pernikahan No. 1 Tahun 1974 (Olivia, 2015) batasan usia pernikahan untuk laki-laki adalah 19 tahun dan perempuan adalah 16 tahun. Dalam penelitian ini masa batasan usia pernikahan ini menjadi batasan untuk pemilihan subjek penelitian yang dimulai dari usia 19 tahun keatas untuk laki-laki dan 16 tahun keatas untuk wanita. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling* dimana subjek penelitian tidak diambil secara acak namun sudah ditentukan kriteria sebelumnya sehingga sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditentukan.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian korelasi sederhana yang melibatkan satu variabel terikat (*dependent*) dan satu variabel bebas (*independent*). Variabel *dependent* pada penelitian ini adalah kesepian sedangkan variabel *independent*-nya adalah keberfungsian keluarga.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini ada dua yaitu keberfungsian keluarga dan kesepian. Keberfungsian keluarga secara umum adalah data diri yang mengukur kepuasan atau distress mengenai bagaimana keluarga bisa berfungsi sebagaimana mestinya. Instrumen yang digunakan skala keberfungsian keluarga yang disusun oleh Mansfield, dkk. (2018) untuk mengukur keberfungsian keluarga untuk pasangan menikah yang merupakan versi singkat edisi ketiga dari *McMaster Clinical Rating Scale*. Pada alat ukur ini umumnya digunakan untuk

mengukur keseluruhan kepuasan dan stres dengan keberfungsian secara umum. Pada skala pengukuran ini terdiri dari 12 aitem dan skor terdiri dari empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju. Realibilitas pada tes ini 0.71 (Mansfield, dkk., 2018). Variabel selanjutnya yang diukur adalah kesepian. Kesepian adalah reaksi emosional dan kognitif dari seorang individu terhadap suatu peristiwa yang tidak menyenangkan yang menyebabkan menurunnya kualitas dan kuantitas hubungan sosialnya. Instrumen yang digunakan adalah skala kesepian yang disusun oleh Russel (1996) dan diadaptasi oleh Sutanto & Suwartono (2019) yaitu *UCLA Loneliness Scale* untuk mengukur tingkat kesepian dari pasangan menikah. Pada skala pengukuran ini terdiri dari 22 aitem yang memiliki kategori jawaban dari sering (4) hingga tidak pernah (1) dengan skor minimal 22 dan skor maksimal 84. Hasil uji realibilitas menunjukkan koefisien reabilitas sebesar .875.

Untuk membuktikan adanya pengaruh keberfungsian keluarga pada kesepian, maka peneliti melakukan analisa regresi sederhana. Semua analisa statistika dilakukan dengan menggunakan *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) versi 22.

Hasil

Penelitian ini mengambil data melalui kuesioner yang disebar melalui *Google Form* pada individu yang sudah menikah atau berkeluarga. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 29 November 2022 sampai 30 November 2022. Total partisipan yang mengisi kuesioner sebanyak 168 orang yang terdiri dari 115 orang perempuan (68.45%) dan 53 orang laki-laki (31.55%). Rata-rata partisipan berusia 38.29 tahun ($SD = 9.4$) dengan rentang mulai dari 24 tahun sampai dengan 64 tahun. Sebagian besar partisipan berprofesi sebagai pekerja baik pekerja penuh waktu (56.55%), pekerja paruh waktu (12.5%) dan wiraswasta/pengusaha (6.5%). Selebihnya partisipan berprofesi sebagai ibu rumah tangga (23.81%) dan tidak bekerja (0.6%). Berdasarkan jenjang pendidikan terakhir mayoritas partisipan sudah menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi (90.48) dan selebihnya memiliki jenjang pendidikan terakhir Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 9.52%.

Tabel 1.

Gambaran data demografis partisipan

Karakteristik	Jumlah Partisipan (N= 168)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	53	31.55
Perempuan	115	
Usia (M = 38.29 tahun, SD = 9.4)		
24 - 33	58	34.52
34 - 43	72	42.86
44 - 53	22	13.09
54 - 64	16	9.52

Pekerjaan/Profesi		
Pekerja penuh waktu	95	56.55
Pekerja paruh waktu	21	12.5
Ibu rumah tangga	40	23.81
Wiraswasta/pengusaha	11	6.55
Tidak bekerja	1	0.6
Pendidikan terakhir		
Perguruan tinggi (Diploma, Sarjana, Pascasarjana, dst.)	152	90.48
SMA	16	9.52

Hasil Uji Deskriptif

Hasil uji deskriptif variabel pada partisipan penelitian disajikan pada tabel 2. Berdasarkan data *field*, pada variabel keberfungsian keluarga yang terdiri dari 12 item partisipan memiliki nilai rata-rata 43.23 ($SD = 12.44$) dengan nilai minimum 22 dan nilai maximum adalah 87. Untuk variabel kesepian terdiri dari 22 item, partisipan penelitian memiliki nilai rata-rata 37.20 ($SD = 7.97$) dengan nilai minimum 12 dan nilai maksimum 48.

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Tabel 2.

Validitas dan reliabilitas alat ukur

<i>Variabel</i>	<i>Jumlah Item</i>	<i>Cronbach Alpha</i>	<i>Item-rest Correlation</i>
Keberfungsian Keluarga	12	.88	.447 - .686
Kesepian	22	.92	.356 - .739

Reliabilitas alat ukur dianalisis menggunakan *Cronbach Alpha* dan analisis validitas diukur menggunakan *Item-rest correlation* seperti yang tertera pada tabel 3. Berdasarkan uji reliabilitas dan validitas, hasil ditemukan bahwa kedua alat ukur penelitian yaitu keberfungsian keluarga ($\alpha = 0.88$; $r = .447 - .686$) dan kesepian ($\alpha = 0.92$; $r = .356 - .739$) memiliki reliabilitas dan validitas yang baik.

Hasil Uji Korelasi

Hasil uji korelasi dengan menggunakan *Pearson Correlation* menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga memiliki korelasi negatif yang signifikan dengan kesepian ($r = -0.608$, $p < .01$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin individu memiliki keberfungsian yang baik di dalam keluarga akan mengindikasikan semakin rendahnya kesepian yang dialami oleh individu. Usia memiliki korelasi positif yang signifikan dengan keberfungsian keluarga ($r = 0.2$, $p = 0.009$) sebaliknya menunjukkan korelasi negatif yang signifikan dengan kesepian. Hal ini berarti bahwa

pada penelitian ini, semakin bertambah usia diikuti dengan keberfungsian keluarga yang semakin baik dan sebaliknya semakin usia bertambah mengindikasikan kesepian yang menurun.

Tabel 3.*Uji korelasi antar variabel*

Variable		1	2	3
1. Usia	<i>Pearson's r</i>	—		
	<i>p-value</i>	—		
2. Family Functioning	<i>Pearson's r</i>	0.200	—	
	<i>p-value</i>	0.009	—	
3. Loneliness	<i>Pearson's r</i>	-0.232	-0.608	—
	<i>p-value</i>	0.002	< .001	—

Hasil Uji Regresi

Hasil uji normalitas residual menggunakan *One- sample Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa data berdistribusi normal ($p > .05$) dan sebaran data QQ plot yang mengikuti garis diagonal. Data penelitian juga memenuhi asumsi lineritas yang ditunjukkan dengan sebaran data mengikuti garis lurus. Hasil uji heteroskedastisitas menunjukkan data penelitian yang homogen yang ditunjukkan dengan grafik *scatterplot residuals vs. predicted* tidak membentuk pola megafon (Goss-Sampson, 2020). Dengan terpenuhinya asumsi klasik maka kemudian dilakukan uji regresi sederhana guna menguji hipotesis penelitian.

Uji pengaruh yang dilakukan dengan uji regresi sederhana menunjukkan hasil seperti pada tabel 4 bahwa keberfungsian keluarga mempengaruhi atau memprediksi kesepian ($R^2 = 0.369$, $b = -0.949$, $p = .000$; $p < .001$). Pengaruh dari keberfungsian keluarga terhadap kesepian dapat diprediksi dengan regresi $y = a + bx$, dimana x adalah keberfungsian keluarga, y merupakan kesepian, a menunjukkan nilai konstan atau intercept dari *unstandardized coefficient*, dan b menunjukkan angka koefisien regresi. Persamaan regresi dari penelitian ini adalah:

$$\text{Kesepian} = 78.52 - 0.949 (\text{keberfungsian keluarga}).$$

Dari persamaan regresi tersebut dapat diprediksi bahwa pengaruh keberfungsian keluarga terhadap kesepian menunjukkan setiap kenaikan 1 poin pada variabel keberfungsian keluarga akan memprediksi terjadinya penurunan nilai pada variabel kesepian sebesar 0.949.

Berdasarkan uji regresi sederhana ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis peneliti diterima dan hipotesis nol ditolak. Adapun besar pengaruh dari keberfungsian keluarga terhadap kesepian adalah sebesar 36.9% sementara 63.1% dipengaruhi oleh faktor lain. Hasil uji regresi dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4.

Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Model Summary - LL						
Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE		
H ₀	0.000	0.000	0.000	12.435		
H ₁	0.608	0.369	0.366	9.905		

ANOVA						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	9538.144	1	9538.144	97.225	<.001
	Residual	16285.261	166	98.104		
	Total	25823.405	167			

Coefficients								
Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	T	P	Collinearity Statistics	
							Tolerance	VIF
H ₀	(Intercept)	43.226	0.959		45.056	<.001		
H ₁	(Intercept)	78.520	3.660		21.453	<.001		
	FF	-0.949	0.096	-0.608	-9.860	<.001	1.000	1.000

Analisis Tambahan

Dalam penelitian ini juga dilakukan analisis tambahan untuk melihat gambaran prevalensi atau pengkategorian variabel penelitian dengan menggunakan kategorisasi hipotetik. Hasil pengkategorisasian menunjukkan bahwa mayoritas partisipan penelitian memiliki keberfungsian keluarga dengan kategori tinggi (58.33%) dan sebagian besar memiliki tingkat kesepian yang rendah (54.76%)

Tabel 5.

Gambaran Tingkat Kategorisasi Keberfungsian Keluarga dan Kesepian

Variabel	Kategori	Rentang Skor	Jumlah (N =168)	Persentase (%)
Keberfungsian Keluarga	Rendah	X < 24	11	6.55
	Sedang	24 ≤ X < 36	59	35.12
	Tinggi	X ≥ 36	98	58.33
Kesepian	Rendah	X < 44	92	54.76
	Sedang	44 ≤ X < 66	65	38.69
	Tinggi	X ≥ 66	11	6.55

Diskusi

Studi ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh keberfungsian keluarga dengan kesepian pada individu menikah. Hasil penelitian menunjukkan keberfungsian keluarga memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap variabel kesepian. Hal ini berarti pada individu menikah keberfungsian keluarga menjadi *predictor* yang signifikan untuk menurunkan kesepian. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hidayati (2018) yang meneliti variabel kesepian pada subjek seorang remaja yang memiliki orang tua tunggal. Dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa interaksi yang tidak efektif antar anggota keluarga bisa mengakibatkan kesepian pada anggota keluarga tersebut. Hidayati (2018) juga menemukan bahwa kesepian secara emosional bisa terjadi karena emosi negatif yang muncul akibat ketidakpuasan dalam hubungan intim. Menurut Olson (2000) dalam penelitian mengenai sistem pernikahan dan keluarga menemukan bahwa keberfungsian keluarga melalui kesatuan, kemampuan beradaptasi dan komunikasi yang bersifat timbal balik di anggota keluarga merupakan hal yang penting. Ketika pasangan yang telah menikah mengalami hubungan yang sulit untuk bisa beradaptasi dengan perubahan yang ada dalam keluarga dan komunikasi yang buruk maka akan sangat mungkin individu dalam pernikahan kurang merasakan kehadiran pasangan sehingga bisa mengarah pada keadaan kesepian.

Peran komunikasi yang penting ini juga dikemukakan oleh *McMaster Model of Family Function* (Epstein dkk, 1983) yang menyatakan dalam keberfungsian keluarga individu perlu membangun relasi intim dalam bentuk komunikasi intens antar pasangan. Komunikasi untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, dan membangun hubungan timbal balik merupakan cara pasangan yang menikah untuk membangun hubungan intim serta bisa merasakan kehadiran pasangan. Kesiediaan pasangan untuk bisa menerima, mendengar dan menyayangi akan membentuk suatu situasi yang kondusif agar bisa terbentuk komunikasi yang intim. Hubungan yang intim dan perasaan yang mendalam dalam hubungan pernikahan ini akan membantu individu bisa merasakan keberadaan pasangan sehingga bisa mengurangi perasaan kesepian. Tidak hanya dimensi komunikasi, Hidayati (2018) menambahkan beberapa bagian dalam keberfungsian keluarga seperti: karakteristik keluarga, kemampuan menyesuaikan diri, penerimaan diri, dukungan sosial, kasih sayang, waktu yang diluangkan bersama-sama, kemampuan mengekspresikan emosi, *problem solving*, moralitas atau religiusitas, iklim keluarga, kebencian dan kepedulian antara masing-masing anggota keluarga mempunyai korelasi terhadap munculnya kesepian pada anggota keluarga. Interaksi yang tidak efektif pada pasangan menikah cenderung akan memungkinkan pasangan tersebut mengalami kesepian. Kurangnya dukungan dan waktu luang yang diberikan cenderung meningkatkan tingkat kesepian pada pasangan menikah. Terlihat dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mijilputri (2014)

yang dilakukan secara kualitatif terhadap istri yang menjalani hubungan jarak jauh. Dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa istri-istri dengan keterpisahan sosial kurang mampu untuk merasakan kehadiran suami dan kurangnya dukungan suami dalam menghadapi tantangan rumah tangga yang pada akhirnya membuat istri cenderung merasa kesepian. Dalam hal ini, ketidakhadiran pasangan yang akhirnya bisa mengurangi keefektifan dalam interaksi pasangan ini juga memungkinkan kurang efektifnya keberfungsian keluarga yang akhirnya akan menimbulkan persoalan yang mungkin akan sulit untuk diselesaikan termasuk didalamnya peningkatan perasaan kesepian.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Zhou, dkk (2016) menemukan bahwa keberfungsian keluarga yang tinggi memberikan pasangan menikah komunikasi yang intim secara emosional yang tinggi sehingga pada akhirnya bisa membuat pasangan mengalami hubungan yang intim sehingga hal ini bisa mengurangi tingkat kesepian pada pasangan muda hingga pasangan lanjut usia. Sebaliknya pasangan menikah secara individu bisa merasa kesepian ketika keberfungsian keluarga yang dimiliki yang rendah akibat komunikasi yang intim yang kurang. Dalam hal ini sebagai pasangan menikah ketika kedua individu berhasil membangun komunikasi yang intim yang pada akhirnya mampu untuk merasakan dukungan sama lain di dalamnya akan membantu pasangan ini membentuk keberfungsian keluarga didalamnya. Begitupun sebaliknya ketika pasangan ini tidak mampu untuk membangun hubungan yang intim yang pada akhirnya kehadiran dan dukungan kurang dirasakan maka pasangan akan rentan mengalami kesepian. Rendahnya kualitas hubungan dan keberfungsian pasangan bisa menjadi prediktor dari kesepian.

Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa keberfungsian keluarga berkorelasi negatif terhadap tingkat kesepian individu menikah. Dalam hal ini berarti semakin baik keberfungsian individu menikah maka tingkat kesepian yang dimiliki akan rendah. Oslon (2000) menyatakan ketika sebuah keluarga bisa membentuk sistem keluarga yang seimbang dan fleksibilitas dalam pembentukan struktur peran dan aturan maka akan memudahkan pasangan untuk bisa lebih berfungsi dalam keluarga sehingga bisa membentuk suatu kedekatan dalam keluarga. Ketika kedekatan dan juga komunikasi bisa terbentuk sesuai dengan fungsinya akan membantu suatu pasangan mengurangi rasa kesepian dalam diri (Oslon, 2000). Peran-peran terutama untuk pasangan menikah yang berfungsi dengan baik akan membantu pasangan bisa mengembangkan perasaan empati dan kedekatan emosional yang memungkinkan masing-masing bisa memahami kondisi masing-masing yang memungkinkan pasangan bisa merasa lebih nyaman untuk bisa berbagi secara perasaan, termasuk membentuk hubungan yang positif. Posisi ini akan membantu pasangan untuk bisa mengurangi perasaan sendiri dan merasa kesepian. Hal lain yang ditemukan dalam penelitian ini, usia memiliki korelasi positif yang signifikan dengan keberfungsian keluarga. Ini berarti semakin bertambah usia diikuti dengan keberfungsian keluarga yang semakin baik dan sebaliknya semakin usia bertambah mengindikasikan kesepian yang menurun. Wu & Zheng

(2019) menemukan bahwa semakin usia bertambah dan usia dalam pernikahan juga bertambah, peran istri akan menjadi semakin jelas dan lebih terkonsolidasi sehingga membantu pasangan untuk lebih kohesif dalam membangun hubungan dan lebih terhubung secara emosional akan membantu pasangan menjadi lebih rekat dan mengurangi kesepian. Pada penelitian ini keberfungsian keluarga yang paling tinggi juga berada pada individu dengan rentang usia 36 tahun keatas. Ketika pasangan semakin bertambah umur dan semakin lebih menerima diri sekaligus merasa dukungan sosial yang semakin tinggi tentu akan membantu pasangan untuk bisa saling menerima yang membantu keberfungsian keluarga semakin matang (Wu & Zheng, 2019).

Keterbatasan penelitian ini terletak pada kurangnya informasi mengenai jumlah anggota keluarga yang dieksplor dalam suatu keluarga yang menjadi indikator dalam keberfungsian keluarga. Kondisi ini membuat kurang berdinamika dalam pengelolaan data demografi yang mungkin akan menjadi informasi tambahan dalam penelitian ini.

Kesimpulan dan Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hasil bahwa hipotesis penelitian yang diajukan diterima, hal berarti ada pengaruh negatif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dengan kesepian. Ini dibuktikan dengan penghitungan statistik dengan nilai signifikansi (p) yaitu 0.096 nilai $R=-0.608$. Dalam hal ini keberfungsian keluarga memiliki pengaruh sebesar 36 persen terhadap munculnya kesepian pada pasangan menikah ($r^2 = 0.369$).

Penelitian ini bisa ditindaklanjuti dengan menyertakan faktor lain yang bisa diteliti, seperti kondisi pendapatan, jumlah anak, dan spesifik usia pasangan, dan faktor lainnya untuk membantu penelitian ini menjadi lebih mendalam. Hal-hal yang perlu dipertimbangkan bagi pasangan yang menikah perlu untuk memahami keberfungsian keluarga ketika membangun pondasi dalam keluarga untuk bisa membuat interaksi menjadi lebih efektif dan mengurangi kesepian. Pondasi yang baik dalam keluarga akan membangun keluarga yang efektif tidak hanya pada pasangan suami istri termasuk mungkin relasi pasangan dengan anak-anak di kemudian hari.

Daftar Pustaka

- Ayalon, L., Shiovitz-Ezra, S., & Palgi, Y. (2013). Associations of loneliness in older married men and women. *Aging & Mental Health*, 17(1), 33–39.
- Cong, W.C., Tan, S.A., Nainee, S., & Tan, C.S. (2022). Psychometric qualities of the McMaster family assessment device general functioning subscale for Malaysian samples. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 19(2440). 1-11.
- Gazadinda, R., & Pasaribu, M.M.C. (2021). Pengaruh kesepian dan status hubungan romantis terhadap kualitas hidup pada perempuan lajang dewasa muda di Indonesia. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. 10(2). 73-124.

- Gonzales, E.G., Perez, G.M., & Catalan, A.G. (2021). Family functioning assessment instruments in adults with a non-psychiatric chronic disease: A systematic review. *Nursing Report*. 341-355. DOI: <https://doi.org/10.3390/nursrep11020033>.
- Hidayati, D.S. (2018). Family functioning dan loneliness pada remaja dengan orang tua tunggal. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 6(1). 54-62.
- Hsieh, N., & Hawkley, L. (2018). Loneliness in the older adult marriage: Association with dyadic aversion, indifference, and ambivalence. *Journal of Social & Personal Relationships*. 35, 1319-1338.
- Mansfield, A. K., Keitner, G.I., & Sheeran, T. (2018). The brief assessment of family functioning scale (BAFFS) is a three-item version of the general functioning scale of the family assessment device. *Psychotherapy Research*. 1-8. DOI: 10.1080/10503307.2017.1422213.
- Medellu, G.I.R., & Azzahra, F.R. (2022). Emotion regulation strategies on family functioning among young married couples. *Tazkiya (Journal of Psychology)*. 10 (2). DOI: <http://dx.doi.org/10.15408/tazkiya.v10i2.22782>
- Mijilputri, N. (2014). Peran dukungan sosial terhadap kesepian istri yang menjalani hubungan jarak jauh (long distance married). *Psikoborneo*. 2(4). 222-230.
- Olivia, F. (2015). Batasan umur dalam perkawinan berdasarkan undang-undang nomor 1 tahun 1974. *Lex Jurnalica*. 12(3). 202-2011.
- O'Neal, C.W., & Wickrama, K.A.S. (2020). The contribution of stressful marital interactions to loneliness and health across mid-life and later adulthood. *Journal of Family Issue*. 1-18. DOI: 10.1177/0192513X20921927.
- Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *The Association for Family Therapy and Systemic Practice*. 22:144-167. doi: 10.1111/1467-6427.00144
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). *Loneliness*. In H. S. Friedman (Ed.) *Encyclopedia of mental health*, 2, (571-581). San Diego, CA: Academic Press.
- Pourmovahed, Z., Ardekani, S. M. Y., Mahmoodabad, S. S. M., & Mahmoodabadi, H. Z. (2021). Implementation of McMaster model in family therapy: effects on family function in married couples. *Iranian J Psychiatry*. 16 (1). 60-67.
- Stack, S. (1998). Marriage, family, and loneliness: A cross-national study. *Sociological Perspective*. 41(2). 415-432. DOI: 10.2307/1389484.
- Stokes, J. E. (2017). Marital quality and loneliness in later life: a dyadic analysis of older married couples in Ireland. *Journal of Social and Personal Relationships*. 34 (1). 114-135.
- Sutanto, S. H., & Suwartono, C. (2021). Peran keterlibatan ayah dan kesepian terhadap kepuasan hidup remaja. *Jurnal Psikologi Ilmiah Intuisi*. 13(1). 48-59.
- Uruk, A.C. and Demir, A., (2003). The role of peers and families in predicting the loneliness level of adolescents. *Journal Psychology*, Mar;137(2):179-93.
- Wu, S. & Zheng, Y. (2019). The effect of family adaptation and cohesion on the well-being of married women: A multiple mediation effect. *The Journal of General Psychology*. 1-18. DOI: 10.1080/00221309.2019.1635075
- Yun, P., Xiahong, H., Zhongping, Y., & Zhujun, Z. (2021). Family functioning, loneliness, emotion regulation, and hope in secondary vocational school student: a moderated mediation model. *Original Research*. 1-11. DOI: 10.3389/fpubh.2021.722276.
- Yusnita, T., Rusli, R., & Budiman. (2018). Kesepian pada istri tentara nasional Indonesia. *Jurnal Psikologi Islami*. 4(2). 153-162.
- Zhou, G., Wang, Y., & Yu, X. (2016). Direct and Indirect Effects of Family Functioning on Loneliness of Elderly Chinese Individuals. *Current Psychology*. 37(1), 295-301. doi:10.1007/s12144-016-9512-5