

Hubungan Kesepian Dengan Depresi Yang DiModeratori Oleh Religiositas Pada Anak Yatim Pondok Anak Yatim (PAY) As Salman, Malang

Ega Yahya Fadillah

Magister Psikologi, Universitas Muhammadiyah, Malang

Email : psi.fadil28@gmail.com

Abstract

Depression generally occurs due to certain life events. Depressed teens tend to experience loneliness, sadness and disappointment in their life. This study aims to determine the relationship between loneliness and depression with the religiosity as the moderator variable. The subjects of this study are 10-13 year old teenagers in "As-Salman" Orphanage in Malang City as many as 32 people. This study uses quantitative methods using UCLA Loneliness scale version 3 to measure loneliness, Beck Depression Inventory (BDI) to measure depression, and Religious Orientation Scale-Revised (ROS-R) to measure religiosity in children. The method of analysis uses Moderated Regression Analysis. The results of the analysis show that there is a direct influence between loneliness and depression in teenagers. Result of correlation coefficient is equal to $p = 0,008 < 0,05$. In addition, it was found that religiosity was able to be a significant mediator on the relationship between loneliness and depression shown with correlation coefficient of $p = 0,049 < 0,05$.

Keywords: Loneliness, Religiosity, Depression

PENDAHULUAN

Setiap individu dapat mengalami perubahan emosi yang erbeda-beda. Salah satu kondisi emosi yang mungkin dialami individu adalah depresi, yaitu kondisi psikologis yang paling umum selama masa hidup normal yang ditandai dengan banyaknya rasa kehilangan dan kekecewaan yang dialaminya (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, Jhonson & Taylor, 2005; Lubis, 2009).

Anak yatim adalah individu yang membutuhkan kasih sayang dari kedua orang tuanya, dengan kepergian salah satu dari orang tuanya maka seseorang akan mengalami kesepian. 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 tercapai maka akan berperilaku agresif (Cuceloglu, 1999), cenderung tidak realistis (Genctan, 1993). Kesepian merupakan perasaan yang dirasakan seseorang ketika hubungan sosialnya terganggu. Terganggunya tersebut ketika individu tidak memiliki teman atau hanya mempunyai sedikit teman, maupun individu yang merasa mempunyai hubungan yang tidak harmonis atau kurang sesuai dengan harapan (Sears, 1994).

Usia anak yatim pada kasus ini masih berada pada usia remaja. Masa remaja adalah periode hidup yang rentan dari segi kondisi mentalnya mengalami depresi yang disebabkan oleh kesepian dan harga diri (Ollendick, Selligman, Goza, Byrrd & Singh, 2003). 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. Penyebab depresi pada remaja biasanya terjadi karena adanya perasaan tidak berharga, tidak ada yang menolong dirinya, dan tidak ada harapan.

Dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan tiga variabel yaitu "Hubungan kesepian dengan depresi pada Anak Yatim yang dimoderatori oleh Religiusitas".

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: (1) Bagaimana hubungan kesepian dengan depresi pada anak yatim?; (2) Bagaimana hubungan religiusitas dengan depresi pada anak yatim?; (3) Bagaimana hubungan religiusitas dengan kesepian dan depresi pada anak yatim?

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).

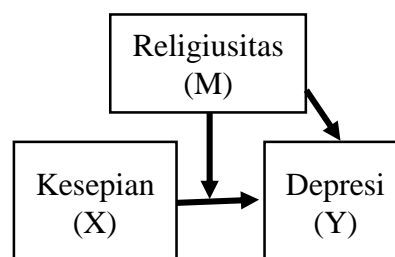
Kesepian yaitu kondisi emosi yang muncul ketika seseorang merasa asing, salah paham, atau ditolak oleh orang lain, tidak memiliki teman (Rokach, 2002). Kesepian merupakan masalah psikologis dan didefinisikan sebagai pengalaman yang tidak menyenangkan akibat kurangnya hubungan sosial, kecemasan, kurangnya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

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 muncul bersamaan dengan rasa pesimis, menyalahkan diri sendiri, dan rasa mau (Baron & Byrne, 2005).

Religiusitas merupakan gabungan antara kognitif, emosional, motivasional dan aspek perilaku (Hackneys & Ganders, 2003). Menurut beberapa ajaran agama, syarat untuk mendapatkan keberuntungan, kemenangan, kesejahteraan psikologis yaitu dengan beribadah. Seperti halnya umat muslim melaksanakan shalat untuk mendapatkan ketenangan hati dan ketentraman jiwa. Sependapat dengan hal tersebut Allport (1950) menyatakan bahwa agama merupakan tujuan akhir setiap individu dan harus ditempuh sendiri karena bersifat sangat pribadi, karena agama memberi rasa nyaman, aman, dan memiliki ikatan sosial.

Ada hubungan positif antara kesepian dengan depresi yang dimoderatori oleh variabel religiusitas pada anak yatim. Artinya semakin tinggi tingkat kesepian seseorang maka semakin tinggi pula kecenderungan mengalami depresi yang dimilikinya begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan uraian tersebut di atas maka kerangka pemikiran dari penelitian ini adalah sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Penelitian

Hipotesis yang disampaikan dalam penelitian ini adalah : (H1) Ada hubungan positif antara kesepian dengan depresi; (H2) Ada hubungan positif antara religiusitas dengan depresi; (H3) Religiusitas mampu memoderasi antara kesepian dengan depresi.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Yaitu metode penelitian yang menjelaskan fenomena dengan menggunakan data numerik, kemudian dianalisis dengan menggunakan statistik untuk mendapatkan temuannya. Prosedur dari metode penelitian kuantitatif yang dipilih adalah desain korelasional. Desain korelasional bertujuan untuk mengukur tingkat asosiasi (atau hubungan) antara dua variabel atau lebih dengan menggunakan metode statistik (Creswell, 2012).

Penelitian ini dilakukan di Pondok Anak Yatim (PAY) As Salman Malang, dengan jumlah responden 32 orang. Peneliti melakukan penelitian ini dengan menyebarkan kuesioner yang diberikan langsung kepada responden. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *simple random sampling*, yaitu pengambilan sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu (Sugiyono, 2013). Karakteristik subjek penelitian dapat dilihat pada tabel. 1.

Tabel.1

Karakteristik	N	Porsentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	19	59,4%
Perempuan	13	40,6%
Usia		
10	7	21,9%
11	10	31,2%
12	9	28,1%
13	6	18,8%
Total	32	100%

Kesepian diukur dengan *UCLA Loneliness scale version 3* yang dikembangkan oleh Russel. Skala ini berjumlah 20 aitem dengan 4 pilihan jawaban (sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju dan sangat tidak setuju). Cronbach's Alpha skala ini sebesar 0.933.

Religiusitas diukur dengan *Religious orientations scale-revised (ROS-R)* yang dikembangkan oleh Gorsuch & MacPherson. Skala ini berjumlah 14 aitem dengan 4 pilihan jawaban (sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju dan sangat tidak setuju). Cronbach's Alpha skala ini sebesar 0.933.

Depresi diukur dengan *Beck depression inventory (BDI)* yang dikembangkan oleh Beck. Skala ini berjumlah 21 aitem dengan 4 pilihan jawaban (sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju dan sangat tidak setuju). Cronbach's Alpha skala ini sebesar 0.769.

Tabel.2

No	Variabel	Nilai Alpha	Keterangan
1.	Kesepian (X)	0.933	Handal
	Religiusitas		Handal
2.	(M)	0.933	
3.	Depresi (Y)	0.769	Handal

Untuk menguji hubungan antar variabel independen, variabel dependen, dan variabel moderating digunakan analisis linier berganda, sedangkan untuk menguji hubungan antar variabel yang dalam hubungannya tersebut dapat faktor yang memperlemah atau memperkuat (variabel moderasi) pengujiannya menggunakan *Moderated Regression Analysis (MRA)* yaitu merupakan aplikasi khusus regresi linier berganda dimana dalam persamaan regresinya mengandung unsur interaksi (perkalian dua atau lebih variabel independen) (Liana, 2009). Data dianalisis dengan

bantuan SPSS 22 for windows. Analisis ini digunakan untuk mengetahui ada hubungan variabel bebas kesepiandengan variabel terikat depresi yang dimoderatori oleh religiusitas.

Sugiyono (2011:62) menjelaskan bahwa, variabel moderator (Z) adalah variabel yang memperkuat atau memperlemah hubungan antar variabel independen dan variabel dependen. Dalam penelitian ini yang menjadi variabel moderator adalah religiusitas. Untuk menguji Z apakah benar sebagai pure moderator, quasi moderator, atau bukan moderator, dapat diamati dalam kriteria berikut:

- a. Pure Moderator, apabila pengaruh Z terhadap Y pada output pertama dan pengaruh variabel interaksi pada output kedua, salah satunya signifikan.
- b. Quasi Moderator, apabila pengaruh Z terhadap Y pada output pertama dan pengaruh variabel interaksi pada output kedua, keduanya signifikan.
- c. Bukan Moderator, apabila pengaruh Z terhadap Y pada output pertama dan pengaruh variabel interaksi pada output kedua, keduanya tidak ada yang signifikan

HASIL

Berdasarkan hasil analisis diperoleh deskripsi statistik untuk variabel kesepian memiliki nilai $M = 42,16$ dengan $SD = 12,609$. Pada variabel religiusitas diperoleh nilai $M = 29,00$ dengan $SD = 9,059$ dan pada variabel depresi diperoleh nilai $M = 10,19$ dengan $SD = 5,970$.

Dari hasil analisis (Lampiran 1) dapat dilihat bahwa ada tiga persamaan regresi dari tiga variabel, yaitu variabel kesepian menjadi prediktor (X), variabel religiusitas menjadi variabel mediator (M) dan variabel depresi menjadi variabel terikat (Y). Persamaan regresi yang pertama antara variabel kesepian

terhadap variabel depresi menunjukkan nilai R atau nilai koefisien regresi sebesar 0,462, nilai R Square 0,213 yang menunjukkan sumbangan variabel prediktor sebesar 21,3% serta nilai F sebesar 8,141 ($p = 0,008 < 0,05$) yang artinya kesepiandapat memprediksi depresi secara signifikan.

Nilai R persamaan regresi yang kedua antara variabel religiusitas terhadap variabel depresi sebesar 0,568, nilai R Square 0,323 yang artinya sumbangan variabel prediktor terhadap variabel terikat yaitu 32,3% dengan nilai F sebesar 4,669 ($p = 0,039 < 0,05$) yang artinya religiusitas dapat memprediksi depresi secara signifikan. Namun, pada persamaan yang ketiga ketika variabel moderasi dimasukkan, nilai R nya sebesar 0,641, nilai R Square sebesar 0,411 yang berarti sumbangannya sebesar 41,1% dengan nilai F 4,234 dan nilai signifikansi ($p = 0,049 < 0,05$). Dari hasil persamaan ketiga tersebut dapat dilihat bahwa persamaan moderasi yang terjadi adalah signifikan karena nilai $p < 0,05$ yang artinya ketiga variabel mampu mempengaruhi hubungan antara kesepiandengan depresi.

Hasil uji (Lampiran 2) hubungan kesepiandengan depresi menunjukkan ada hubungan yang positif dan signifikan ($\beta = 0.462$, $p = 0.008$) berarti bahwa hipotesis pertama diterima. Hasil uji hubungan religiusitas dengan kesepian menunjukkan hubungan yang negatif dengan nilai beta sebesar $\beta = -0.331$ dan signifikansi sebesar $p = 0.039$ yang berarti hipotesis kedua diterima.

Dari tersebut dapat diketahui bahwa ada hubungan signifikan antara variabel kesepian dengan depresi dengan nilai signifikansi sebesar 0.004, dan variabel religiusitas menunjukkan signifikansi antara kesepian dengan depresi, dengan nilai $p = 0,049$ yang berarti bahwa variabel moderator memiliki hubungan secara signifikan dan

berpengaruh terhadap variabel independen dan dependen. Artinya bahwa aspek religiusitas memberikan kontribusi dalam menentukan kesepian dan depresi pada anak Panti Asuhan As Salman Malang.

DISKUSI

Penelitian ini menunjukkan hubungan yang positif antara variabel X dan Y kesepian dengan depresi pada remaja memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai $\beta = 0.462$ dan signifikansi $p = 0.008 < 0.05$. Dan pada variabel moderator nilai signifikansi sebesar $p = 0,049$ yang artinya variabel moderator mempengaruhi secara signifikan terhadap kedua variabel. Jadi temuan ini menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat kesepian yang dialami remaja maka semakin tinggi pula kecenderungan untuk mengalami depresi begitu pula sebaliknya jika individu tidak merasa kesepian maka cenderung untuk memiliki tingkat depresi yang rendah. Pada penelitian ini religiusitas menjadi variabel moderator antara kesepian dengan depresi, dari hasil analisis dapat diartikan bahwa religiusitas mampu memberikan pengaruh terhadap kesepian dengan depresi akan tetapi berupa pengaruh negatif, jadi semakin tinggi religiusitas seseorang maka akan semakin rendah tingkat kesepian dan depresi yang dialami oleh individu. Hasil analisa tersebut mampu menjawab ketiga hipotesis dan berarti ketiga hipotesis dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan positif antara kesepian dengan depresi, ada hubungan positif antara religiusitas dengan depresi dan religiusitas mampu memoderatori antara kesepian dan depresi.

Secara psikologis, remaja yang merupakan anak yatim di panti asuhan jauh lebih mungkin mengalami masalah emosi seperti kesepian, namun belum tentu mempunyai resiko munculnya

depresi. Ada pula remaja yang justru mengalami perubahan positif setelah berada dalam lingkungan panti asuhan, yaitu menjadi lebih tegar, mandiri, lebih mendekati diri pada tuhan, serta lebih patuh pada orang lain yang tinggal bersama mereka, bahkan ada pula remaja yang tidak mengalami perubahan apapun.

Penelitian mengenai kesepian dengan depresi yang dilakukan oleh Yusuf (2013) menyimpulkan bahwa ada hubungan antara kesepian dengan depresi pada remaja. Artinya semakin tinggi kesepian yang dialami oleh seseorang maka semakin tinggi depresi yang dialaminya. Kesepian dan depresi mampu dimoderatori oleh religiusitas. Menurut Allport (1950) agama atau religiusitas merupakan tujuan akhir setiap individu dan harus ditempuh sendiri karena bersifat sangat pribadi, karena agama memberi rasa nyaman, aman, dan memiliki ikatan sosial. Menurut beberapa ajaran agama, syarat untuk mendapatkan keberuntungan, kemenangan, kesejahteraan psikologis yaitu dengan beribadah.

Seperti halnya umat muslim melaksanakan shalat untuk mendapatkan ketenangan hati dan ketentraman jiwa. Dengan adanya religiusitas maka individu dapat menemukan ketenangan, ketentraman dan kenyamanan dalam hidupnya. Ketika seseorang merasa kesepian dan cenderung untuk depresi, religiusitas sangat berpengaruh dalam menurunkan rasa kesepian dan depresi tersebut. Dengan memahami, mengkaji dan dekat dengan Tuhan mampu membuat individu merasa nyaman.

SIMPULAN

Dari pembahasan dan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kesepian memiliki hubungan positif yang signifikan dengan depresi dan religiusitas mampu menjadi variabel moderator terhadap kesepian dengan depresi.

Sehingga ketiga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Setelah diketahui hasil dari penelitian ini yang menunjukkan bahwa kesepian memiliki hubungan positif yang signifikan dengan depresi. Religiusitas mampu memberikan pengaruh yang kuat terhadap kesepian dan depresi, maka peneliti menyarankan kepada : (1) Pengelola atau pengurus Panti Asuhan, untuk selalu menghadirkan suasana aman dan nyaman bagi anak-anak dengan memberikan perlakuan yang sama tanpa ada bedanya antara anak satu dengan yang lain. Selain itu isi kegiatan anak-

anak panti dengan hal-hal yang positif, seperti segi keagamaan atau hal lain yang bersifat religius secara konsisten dan berkelanjutan; (2) Peneliti selanjutnya, penelitian ini berfokus pada remaja yang notabenehnya merupakan anak yatim Panti Asuhan As Salman Malang. Peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih memperluas ranah penelitian, seperti anak-anak jalanan, dan anak-anak yang mengalami kasus bullying bahkan bisa juga dikembangkan pada anak yang latar belakang keluarga yang broken home.

DAFTAR PUSTAKA

- mechanisms. *Psychosomatic Medicine*, 64 (3), 407-417.
- Allport, G. W. (1950). *The Individual and his religion: A psychological interpretation*, New York: Macmillan.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi Sosial edisi 10*. Jakarta: 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, 51-65.
- Cacioppo, J. T., & Hawkley, L. C., Crawford, L. E., Ernst, J. M., Burleson, M. H., Kowalewski, R. B., & Bernston, G. G. (2002). Loneliness and Health: Potensial
- Cacioppo, J. T., Huges, M. E., Waite, L. C., & Thisted, R. A. (2006). Loneliness as a spesific risk factor for depressive symptoms: Cross-sectional and longitudinal analysis. *Journal Psychology and Aging*, 21 (1), 140-151.
- Callahan, P., Liu, P., Purcell, R., Parker, A. G., Hertick, S. E. (2012). Evidence map of prevention and treatment interventions of depression in youn people *Depression Research and Treatment*. Published online, doi: [10.1155/2012/820735](https://doi.org/10.1155/2012/820735).
- Delisle, E. J. (1988). What does Solitude Mean to the aged? *Canadian Journal on aging*. 7, 358-371.
- Hackneys, C. H & Sanders, G. S. (2003) Religiosity and Mental Healt: A Metanalysis of recent. *Journal for the scientific Study of Religion*, 42 (1) 43-45.
- Nevid, J. S., Greene, B., Jhonson, P. A., % Taylor, S. (2005). *Essentials of abnormal psychology in a changing world (Canadian Edition)*. Toronto, CA: Pearson Education Canada.

- Ollendick, T. H., Selligman, 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.
- Ozadik, M. (2001). *Loneliness of modern people*: Konya: Cizgi Publishing.
- Rokach, A. (2002). Determinants of loneliness of young adult drug users. *The Journal of Psychology*, 39, 472-480.
- Stice, E. Ragan, J. & Randall, P. (2004). Prospective Relations Between Social Support and Depression: Differential Direction of effect for parent and peer support? *Journal of Abnormal Psychology*, 113 (1), 155-159.
- Yusuf, N. P., (2016). Hubungan Harga Diri dan Kesepian dengan Depresi pada Remaja. *Seminar ASEAN 2nd Psychology & Humanity*. Universitas Muhammadiyah Malang. 386-393.

Lampiran 1.Tabel.4. Uji korelasi

Model Summary					
Prediktor	R	R Square	F	Sig.	Kesimpulan
Kesepian	0,462	0,213	8,141	0,008	Signifikan
Kesepian, Religiusitas	0,568	0,323	4,669	0,039	Signifikan
Kesepian, Religiusitas, KxS	0,641	0,411	4,234	0,049	Signifikan

Lampiran 2.Tabel 5. Uji hubungan antar variabel

Model	Unstandardized Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	Sig.
1 (Constant)	3,369		,776
Kesepian	,077	,462	,008
2 (Constant)	4,202		,111
Kesepian	,072	,482	,004
Religiusitas	,101	-,331	,039
3 (Constant)	11,827		,187
Kesepian	,289	1,701	,009
Religiusitas	,426	,966	,146
KxS	,010	-1,856	,049