

**PENDEKATAN *ECO-ART COUNSELING* UNTUK
MEREDUKSI KESEPIAN REMAJA**

THESIS

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd.) dalam bidang Bimbingan dan Konseling



Oleh :
Khansa Salsabila
2010456

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTASI ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

**PENDEKATAN *ECO-ART COUNSELING* UNTUK
MEREDUKSI KESEPIAN REMAJA**

Khansa Salsabila

Sebuah tesis diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M. Pd.) dalam bidang Bimbingan dan Konseling pada
Fakultas Ilmu Pendidikan

©Khansa Salsabila
Universitas Pendidikan Indonesia
2023

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,
di-fotocopy, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

HALAMAN PENGESAHAN TESIS
PENDEKATAN *ECO-ART COUNSELING* UNTUK MEREDUKSI
KESEPIAN REMAJA

Khansa Salsabila
2010456

disetujui dan disahkan oleh

Pembimbing 1



Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd.
NIP. 19830829 201012 1 004

Pembimbing 2



Dr. Ipah Saripah, M.Pd.
NIP. 19771014 200112 2 001

Mengetahui,

Ketua Prodi Studi Bimbingan dan Konseling
Bidang Magister dan Doktor
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Prof. Dr. Agus Taufiq, M.Pd.
NIP 19580816 198503 1 007

PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN TESIS DAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “Pendekatan *Eco-Art Counseling* untuk Mereduksi Kesenjangan Remaja” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Bandung, Januari 2023

Yang membuat pernyataan



F4AKX242054007

Khansa Salsabila

NIM 2010456

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke-hadirat Allah Swt yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad Saw, yang telah memberikan pendidikan akhlak yang paling sempurna.

Penyusunan tesis ini merupakan kajian mengenai pendekatan *eco-art counseling* untuk mereduksi kesepian remaja. Kesepian merupakan suatu permasalahan sosial yang umum terjadi pada setiap individu. Pemilihan topik dan bahasan dalam tesis didasarkan dari hasil kajian permasalahan kesepian yang semakin berkembang di seluruh dunia, khususnya Indonesia. Pada penelitian ini juga menggunakan *eco-art counseling* yang merupakan suatu pembaharuan intervensi berbasis alam untuk mereduksi kesepian pada remaja.

Penyusunan tesis ini tentunya masih membutuhkan perbaikan dan saran yang membangun bagi penulis. Penulis menerima masukan dari para pembaca agar dapat dijadikan sebagai keterbatasan dan bahan evaluasi bagi penulis dan peneliti selanjutnya. Semoga penelitian tesis dapat bermanfaat bagi para pembaca dan kepada pihak yang terkait.

Bandung, Januari 2023



Khansa Salsabila

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyadari penyelesaian tesis ini tidak terlepas dari bimbingan, arahan, bantuan dan dukungan dari beberapa pihak. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada pihak-pihak sebagai berikut.

1. Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd., selaku Pembimbing I tesis dan Pembimbing Akademik yang telah membantu memberikan semangat, mengarahkan, dan membimbing selama proses penyusunan tesis.
2. Dr. Ipah Saripah, M.Pd., selaku Pembimbing II tesis yang telah memberikan motivasi, penguatan, arahan dan bimbingan selama proses penyusunan tesis.
3. Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd., selaku Penguji I tesis yang telah memberikan saran membangun bagi tesis yang telah disusun.
4. Dra. Setyawati, M.Pd, selaku penguji II tesis yang telah memberikan masukan berharga bagi tesis yang telah disusun.
5. Prof. Dr. Agus Taufiq, M.Pd selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling program magister dan doktoral.
6. Bapak, Ibu Dosen dan seluruh staf di lingkungan Universitas Pendidikan Indonesia Fakultas Ilmu Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membantu, melayani dan menyemangati selama proses berjalannya studi.
7. Titin Sutinah, M.Pd., Kons. dan Ibu Siti Kulsum, M.Pd yang telah membantu dalam proses *judgment* program.
8. Dra. Eha Julaeha, M.Pd selaku Kepala SMAN 16 Bandung yang telah memberikan izin untuk melakukan seluruh proses penelitian di sekolah.
9. Kepada Dra. Sri Mulyani, Rini Susilowati, S.Psi, Sofia Dwiningsih, S.Pd dan Bagus Julian Hikmy, M.Pd selaku guru BK SMAN 16 Bandung yang telah membantu kelancaran administrasi dan fasilitas selama proses penelitian di sekolah.
10. Kepada seluruh konseli Kelas XI Tahun ajaran 2022/2023 SMAN 16 Bandung yang telah menjadi subjek penelitian.

11. Seluruh teman-teman pascasarjana BK angkatan 2020 yang selalu menyemangati dan memberikan banyak pelajaran berharga yang tidak terlupakan.
12. Kedua orang tua, Yusuf Irchamni dan Dra. Wafiroh, yang telah memberikan dukungan, kasih sayang serta doa yang menjadi hal utama kelancaran dalam melakukan studi di Universitas Pendidikan Indonesia.
13. Kepada Kakak Ikhda Mar'atul Khusna dan Adik Aisyah Dian Azhar yang telah memberikan doa dan dukungan untuk kelancaran pengerjaan tesis.
14. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah membantu memberikan dukungan dan perhatian selama penyusunan tesis.

Semoga atas bantuan dan dukungan dari beberapa pihak yang telah membantu, dapat menjadi amal kebaikan dan mendapat balasan terbaik dari Allah SWT. *Amin yaa rabbal 'alamiin.*

Bandung, Januari 2023

Penulis



Khansa Salsabila

ABSTRAK

Khansa Salsabila (2023). Pendekatan *Eco-Art Counseling* untuk Mereduksi Kesepian Remaja. Dibimbing oleh Dr. Eka Sakti Yudha, M.Pd., dan Dr. Ipah Saripah, M.Pd., Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Pendidikan Indonesia.

Kebutuhan sosial akan keterhubungan dengan orang lain pada fase remaja menjadikan remaja rentan mengalami kesepian. Berkembangnya fenomena kesepian menjadi salah satu dasar untuk melakukan intervensi lebih lanjut dalam menangani masalah kesepian. Pendekatan *eco-art counseling* adalah suatu intervensi yang memfokuskan pada tindakan alam bawah sadar dengan menggunakan seni kreatif, simbol dan metafora yang mampu mengeksplorasi emosi dan pikiran individu. Penelitian ini bertujuan menguji keefektifan pendekatan *eco-art counseling* untuk mereduksi kesepian dalam *setting* konseling kelompok. Pendekatan penelitian menggunakan *mix method* dengan desain *explanatory sequential design*. Uji keefektifan menggunakan *quasi-experimental design* dengan desain *non equivalent pretest-posttest control group design*. Populasi penelitian berjumlah 401 orang. Sampel penelitian berjumlah 12 konseli terdiri dari 6 konseli kelompok eksperimen dan 6 konseli kelompok kontrol dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan pendekatan *eco-art counseling* efektif untuk mereduksi kesepian pada kelompok eksperimen dengan nilai signifikansi dibawah 0,05. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi bagi guru BK untuk diimplementasikan kepada konseli dan digunakan oleh peneliti selanjutnya sebagai dasar pengembangan penelitian.

Kata Kunci : *Eco-Art Counseling*, Kesepian, Konseling Kelompok.

ABSTRACT

The social need for connectedness with others in the adolescent phase makes adolescents vulnerable to loneliness. The growing phenomenon of loneliness is one of the bases for conducting further interventions in dealing with the problem of loneliness. The eco-art counseling approach is an intervention that focuses on the actions of the subconscious by using creative art, symbols and metaphors that are able to explore individual emotions and thoughts. This study aims to examine the effective eco-art counseling approach's effectiveness in reducing loneliness in group counseling settings. The research approach uses a mix method with an explanatory sequential design. The effectiveness test used a quasi-experimental design with a non-equivalent pretest-posttest control group design. The research population was 401 people. The research sample consisted of 12 counselees consisting of 6 counselees in the experimental group and 6 counselees in the control group using a purposive sampling technique. The results showed that the eco-art counseling approach was effective in reducing loneliness in the experimental group with a significance value below 0.05. The results of the research can be used as a reference for counseling teachers to be implemented to counselees and used by further researchers as a basis for research development.

Keyword: Eco-Art Counseling, Loneliness, Group Counseling

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMAKASIH	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR GRAFIK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Struktur Organisasi Tesis	6
BAB II KAJIAN PENDEKATAN <i>ECO-ART COUNSELING</i> UNTUK MEREDUKSI KESEPIAN	8
2.1 Kesepian	8
2.2 Konsep Ekopsikologi dan Sejarah Bahan Alam Sebagai Terapi	19
2.3 <i>Ecotherapy</i>	20
2.4 <i>Ecotherapy</i> dan Seni dalam Konseling.....	22
2.5 <i>Eco-Art Therapy</i>	26
2.6 <i>Eco-Art Counseling</i>	29
2.7 Konseling Kelompok.....	29
2.8 Implikasi Pendekatan <i>Eco-Art Counseling</i> untuk Mereduksi Kesepian	35
2.9 Penelitian Terdahulu.....	36
2.10 Asumsi dan Hipotesis Penelitian	39
2.11 Kerangka Berpikir	40
BAB III METODE PENELITIAN	42
3.1 Paradigma Penelitian	42
3.2 Metode dan Desain Penelitian	43
3.3 Partisipan	44
3.4 Populasi dan Sampel	45
3.5 Pengembangan Instrumen Penelitian	46

3.6 Pengembangan Program.....	61
3.7 Prosedur Penelitian.....	61
3.8 Analisis Data	63
BAB IV PEMBAHASAN.....	66
4.1 Temuan Penelitian.....	66
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	116
4.3 Keterbatasan Penelitian	135
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	136
5.1 Kesimpulan.....	136
5.2 Implikasi.....	136
5.3 Rekomendasi	137
DAFTAR PUSTAKA	138

DAFTAR TABEL

Tabel		Hal.
2.1	Penggabungan Tahapan Kerja Konseling Kelompok dengan Eco-Art Therapy	30
3. 1	Partisipan Penelitian	44
3. 2	Jumlah Populasi	45
3. 3	Sintesis Hasil Teori Kesepian	49
3. 4	Kisi-Kisi Instrumen Kesepian	53
3. 5	Alternatif Jawaban dan Skor Nilai	54
3. 6	Nilai Rating Scale Instrumen Kesepian	54
3. 7	Norma Kategorisasi	55
3. 8	Pengkategorisasian Skor Instrumen Kesepian	55
3. 9	Kategori nilai Alfa Chronbach	58
3. 10	Kategori Nilai Reliabilitas Item dan Person	58
3. 11	Hasil Nilai Outfit MNSQ Item Instrumen Kesepian	59
4. 1	Skor dan Kategori Kesepian	66
4.2	Profil Kesepian Kelompok Penelitian	67
4. 3	Rentang Kategori Aspek Kesepian	69
4. 4	Profil Aspek Kesepian Kelas XI di SMAN 16 Bandung	69
4.5	Profil Aspek Kesepian Kelompok Penelitian	69
4. 6	Profil Rerata Indikator Kesepian	70
4.7	Profil Rerata Indikator Kelompok Penelitian	71
4. 8	Hasil Uji Normalitas Skor Kesepian Laki-laki dan Perempuan ..	72
4. 9	Hasil Rerata Kesepian Berdasarkan Jenis Kelamin	72
4. 10	Uji Perbedaan Rerata Skor Kesepian Laki-laki dan Perempuan .	73
4. 11	Komponen Rancangan Program	74
4. 12	Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	91
4. 13	Hasil <i>Pretest Posttest</i> Kelompok Kontrol	92
4. 14	Uji Mann Whitney Selisih Nilai <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	93
4. 15	Signifikansi Aspek Kesepian	94
4. 16	Signifikansi Indikator Kesepian	95
4. 17	Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	96
4. 18	Kode Konseli	96
4.19	Hasil Deskripsi Kolase Konseli VSA	107
4.20	Penjabaran Hasil Kolase Konseli NPM	115
4.21	Hasil Judgment Layanan <i>Eco-Art Counseling</i>	127
4.22	Saran Perbaikan Rancangan Layanan	127

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Hal.
3. 1	Hasil Summary Statistik Instrumen Kesepian	57
3. 2	Hasil Unidimensionalitas Instrumen Kesepian	60
4. 1	Lukisan Gambar Tiap Konseli	89
4. 2	Lukisan Gambar Bersama	89
4. 3	Harapan Konseli SNA	98
4. 4	Ilustrasi menonton film SNA	99
4. 5	Kolase yang disusun oleh SNA	100
4. 6	Hasil Tulisan Kalimat Penerimaan Konseli CN	102
4. 7	Hasil Gambar Aktivitas Konseli CN	103
4. 8	Ungkapan Kalimat Menerima Konseli AW	104
4. 9	Hasil Gambar Konseli AW	105
4. 10	Kalimat Menerima dari Konseli VSA	106
4. 11	Kolase Hasil Karya Konseli VSA	107
4. 12	Hasil Gambar Spotify Konseli VSA	110
4. 13	Hasil Tulisan Kalimat Penerimaan Konseli ABM	111
4. 14	Hasil Gambar Aktivitas Konseli ABM	111
4. 15	Hasil Kolase Konseli ABM	112
4. 16	Hasil Tulisan Kalimat Penerimaan Konseli NPM	113
4. 17	Hasil Gambar Aktivitas Konseli NPM	114
4. 18	Hasil Kolase Konseli NPM	114
4. 19	Ilalang Yang Disimbolkan Sebagai Orang Yang Mengganggu Kehidupan Konseli	132
4. 20	Hasil Tulisan Ungkapan Konseli AW	133
4. 21	Ungkapan Konseli B dalam terkait Pelaksanaan Konseling <i>Eco-Art Counseling</i>	134
4. 22	Ungkapan Konseli VSA terkait Pelaksanaan Konseling	134

DAFTAR BAGAN

Bagan	Hal.
2. 1 Kerangka Berpikir Penelitian	41
3. 1 Proses Pengembangan Program	61
3. 2 Prosedur Penelitian	63
4. 1 Proses Kesepian Secara Kognitif	118

DAFTAR GRAFIK

Grafik		Hal.
4. 1	Profil Kesepian Kelas XI di SMAN 16 Bandung	67
4. 2	Profil kesepian Berdasarkan Jenis Kelamin	73
4. 3	Penurunan Nilai <i>Postest</i> Kelompok Eksperimen	91
4. 4	Hasil Gambaran Nilai <i>Pretest Postest</i> Kelompok Kontrol ...	92

DAFTAR PUSTAKA

- Adrienne A. Johnson, B. (2021). Pathworking: A Mixed Methods Study of Eco-Art Therapy and Mindfulness in Women with Eating Disorders. In *Department of Art Therapy in the Graduate Program* (Vol. 3, Issue 1). <http://journal.unilak.ac.id/index.php/JIEB/article/view/3845%0Ahttp://dspac.e.uc.ac.id/handle/123456789/1288>.
- Adu-bediako, I. (2013). *Causes and interventions of loneliness and isolation on wellbeing of elderly in finland.* 59. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/69558/final.pdf;jsessionid=2CC70FA8E026E7C54C1380E8DF5A23C4?sequence=1>.
- Agadullina, E. R., & Lovakov, A. (2020). *Does quitting social networks change feelings of loneliness among freshmen? An experimental study.* <https://doi.org/10.1108/JARHE-11-2019-0283>.
- Anyan, F., Morote, R., & Hjemdal, O. (2020). Mental Health & Prevention Prospective relations between loneliness in different relationships , metacognitive beliefs , worry and common mental health problems. *Mental Health & Prevention*, 19(May), 200186. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2020.200186>.
- Arlis, A. (2019). Pengaruh Terapi Musik Tradisional Cina Terhadap Kesepian Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Kelurahan Martubung Kecamatan Medan Labuhan Kota Medan Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(2), 1. <https://doi.org/10.34012/jukep.v2i2.537>.
- Austin, B. A. (1983). Factorial Structure Of The UCLA Loneliness Scale. *Psychological Repom*, 53, 883–889.
- Azizah, A. N., Rahayu, S. A., Psikologi, F., Kesehatan, D., Islam, U., Sunan, N., & Surabaya, A. (2016). *Hubungan Self-Esteem Dengan Tingkat Kecenderungan Kesepian Pada Lansia.* 07(02), 40–58.
- Barner, R. W. (2011). *Applying Visual Metaphors to Career Transitions.* 89–106. <https://doi.org/10.1177/0894845309359287>.
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2021). Loneliness around the world : Age , gender , and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 169(March 2020), 110066. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>.
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive Behaviour Therapy Basic and Beyond* (2nd ed.). Guilford.
- Berger, R. (2017). *Nature Therapy : Incorporating Nature Into Arts Therapy.* 1–14. <https://doi.org/10.1177/0022167817696828>.
- Berger, R., Ph, D., & Tiry, M. (2012). The Arts in Psychotherapy The enchanting forest and the healing sand — Nature therapy with people coping with

- psychiatric difficulties. *The Arts in Psychotherapy*, 39(5), 412–416. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2012.03.009>.
- Bessone, E. (2019). *Implications and applications of eco-therapy on art therapy*. https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/155.
- Blocher, D. H. (1974). *Developmental Counseling United State of America*. John Willey & Sons.
- Boehlen, F. H., Maatouk, I., Friederich, H. C., Schoettker, B., Brenner, H., & Wild, B. (2022). Loneliness as a gender-specific predictor of physical and mental health-related quality of life in older adults. *Quality of Life Research*, 31(7), 2023–2033. <https://doi.org/10.1007/s11136-021-03055-1>.
- Bogachev, O. (2021). *Ecological Art Therapy Techniques In The Process Of Rehabilitation Of Those Who Use*. 2(2), 39–47. <https://doi.org/10.24412/2713-184X-2021-2-39-47>.
- Buecker, S., Maes, M., Denissen, J. J. A., & Luhmann, M. (2020). Loneliness and the Big Five Personality Traits: A Meta-analysis. *European Journal of Personality*, 34(1), 8–28. <https://doi.org/10.1002/per.2229>.
- Buzzel, L., & Chalquist, C. (2005). *Ecotherapy Healing With Nature in Mind*. Sierra Club Books.
- Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2018). The growing problem of loneliness. *The Lancet*, 391(10119), 426. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)30142-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)30142-9).
- Cecen, A. R. (2007). The Turkish Short Version of The Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S): Initial Development and Validation. *SOCIAL BEHAVIOR AND PERSONALITY*, 35(6), 717–734.
- Chaudhury, P., & Banerjee, D. (2020). “*Recovering With Nature*”: A Review of *Ecotherapy and Implications for the COVID-19 Pandemic*. 8(December). <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.604440>.
- Cherdymova, E. I., Prokopyev, A. I., Karpenkova, T. V., Pravkin, S. A., Ponomareva, N. S., Kanyaeva, O. M., Ryazapova, L. Z., & Anufriev, A. F. (2019). Ecoart therapy as a factor of students’ environmental consciousness development. *Ekoloji*, 28(107), 687–693.
- Cohen-Mansfield, J., Hazan, H., Lerman, Y., & Shalom, V. (2016). Correlates and predictors of loneliness in older-adults: A review of quantitative results informed by qualitative insights. *International Psychogeriatrics*, 28(4), 557–576. <https://doi.org/10.1017/S1041610215001532>.
- Cosan, D. (2014). *An Evaluation of Loneliness*. 103–110. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2014.05.13>.
- Cresswell, J. W. (2009). Research Design : Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches. In *Sage Publications* (3rd ed.). <https://doi.org/10.1163/22118993-90000268>.
- Cresswell, J. W. (2012). *Educational Research* (4th ed., Vol. 4, Issue 3).

<http://marefateadyan.nashriyat.ir/node/150>.

- Damanik, K. P., Satiadarma, M. P., & Suryadi, D. (2018). Penerapan Art Therapy Dalam Mengatasi Wanita Dewasa Awal Sebagai Anak Tunggal Dengan Orangtua Bercerai. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(2), 740–749. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.912>.
- Drake, J. E., Hastedt, I., & James, C. (2016). Drawing to distract: Examining the psychological benefits of drawing over time. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 10(3), 325–331. <https://doi.org/10.1037/aca0000064>.
- Duffy, J. T., Springer, S., Delaney, M., Luke, M., Thomas, J., Springer, S., Delaney, M., Luke, M., Thomas, J., Springer, S., Delaney, M., & Luke, M. (2019). Eco-Education : Integrating Nature into Counselor Education Eco-Education : Integrating Nature into Counselor Education. *Journal of Creativity in Mental Health*, 0(0), 1–14. <https://doi.org/10.1080/15401383.2019.1640152>.
- Ermilda, Widyastuti, L., Nura'eni, S., Faulia, S., & Azhara. (2021). *Milleu Therapy Dengan Seni Kreasi Musik Terhadap Kesenian Lansia Saat Pandemi COVID-19*. 12(3).
- Ewen, R. B. (2003). *An Introduction of Theories of Personality* (6th ed.). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Ewen, R. B. (2010). *An Introduction To Theories of Personality* (7th ed.). Taylor and Francis Group, LLC.
- Fauziyyah, A., & Ampuni, S. (2018). Depression Tendencies, Social Skills, and Loneliness among College Students in Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 45(2), 98. <https://doi.org/10.22146/jpsi.36324>.
- Fikrie, F., Hermina, C., & Ariani, L. (2021). Apakah Anda Merasa Kesenian ? Eksplorasi Kepribadian dan Kualitas Pertemanan pada Remaja. *Jurnal Studia Insania*, 9(1), 82. <https://doi.org/10.18592/jsi.v9i1.4166>.
- Free, M. L. (2008). Cognitive Therapy in Groups: Guidelines and Resources for Practice, Second Edition. In *Cognitive Therapy in Groups: Guidelines and Resources for Practice, Second Edition*. <https://doi.org/10.1002/9780470713235>.
- Freilich, C. D., Mann, F. D., & Krueger, R. F. (2022). Comparing associations between personality and loneliness at midlife across three cultural groups. *Journal of Personality*, December 2021, 1–14. <https://doi.org/10.1111/jopy.12765>.
- Geha, J. (2019). *Nature as an Impermanent Canvas : An Intergenerational Nature-Based Art Community Engagement Project*.
- Geukens, F., Maes, M., Spithoven, A., Pouwels, J. L., Danneel, S., Cillessen, A. H. N., van den Berg, Y. H. M., & Goossens, L. (2020). Changes in adolescent loneliness and concomitant changes in fear of negative evaluation and self-esteem. *International Journal of Behavioral Development*. <https://doi.org/10.1177/0165025420958194>.

- Gierveld, J. D. J. (1978). The Construct of Loneliness: Components and measurement. *Essence*, 2(4), 221–237.
- Gierveld, J. D. J. (1998). *A review of loneliness: concept and definitions, determinants and consequences*. 8, 73–80.
- Gladding, S. T. (2021). *The Creative Arts in Counseling* (6th ed.).
- Gladding, S. T., & Newsome, D. W. (2003). Art in Counseling. In *Handbook of Art Therapy* (p. 243). The Guilford Press.
- Greenleaf, A. T., Bryant, R. M., Pollock, J. B., & Newhall, N. W. (2014). *Nature-Based Counseling : Integrating the Healing Benefits of Nature Into Practice*. 162–174. <https://doi.org/10.1007/s10447-013-9198-4>.
- Halim, C. F., & Dariyo, A. (2016). Hubungan Psychological Well-Being dengan Loneliness pada Mahasiswa yang Merantau (Relationship between Psychological Well-Being and Loneliness among Overseas Student). *Jurnal Psikogenesis*, 4(2), 170–181.
- Hansen, M. M., Jones, R., & Tocchini, K. (2017). *Shinrin-Yoku (Forest Bathing) and Nature Therapy : A State-of-the-Art Review*. 2. <https://doi.org/10.3390/ijerph14080851>.
- Hardika, J., Noviekayati, I., & Saragih, S. (2019). Hubungan Self-Esteem Dan Kesepian Dengan Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik Pada Remaja Pengguna Sosial Media Instagram. *Psikosains*, 14(1), 1–13.
- Hawkey, L. C., Ph, D., Cacioppo, J. T., & Ph, D. (2010). *Loneliness Matters : A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms*. 218–227. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>.
- Hidayati, D. S. (2015). Self Compassion dan Loneliness. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1).
- Hoggan, C. (2015). *Transformative Learning Through Conceptual Metaphors. November 2014*. <https://doi.org/10.1177/1045159514546215>.
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., Ballard, C., Christensen, H., Cohen Silver, R., Everall, I., Ford, T., John, A., Kabir, T., King, K., Madan, I., Michie, S., Przybylski, A. K., Shafran, R., Sweeney, A., ... Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547–560. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1).
- Houser, R. A. (2020). *Counseling Educational Research* (4th ed.). SAGE Publications.
- Hughes, L. (2017). *How Art In Nature Heals: A Glimpse Into Eco-Art Therapy*. <https://She-Explores.Com/Freeform/How-Art-in-Nature-Heals/>.
- Jaremka, L. M., Andridge, R. R., Fagundes, C. P., Alfano, C. M., Povoloski, S. P., Lipari, A. M., Agnese, D. M., Arnold, M. W., Farrar, W. B., Yee, L. D.,

- Carson, W. E., Bekaii-Saab, T., Martin, E. W., Schmidt, C. R., & Kiecolt-Glaser, J. K. (2014). Pain, depression, and fatigue: Loneliness as a longitudinal risk factor. *Health Psychology, 33*(9), 948–957. <https://doi.org/10.1037/a0034012>.
- Jeong, Y., & Kim, S. H. (2021). Computers in Human Behavior Modification of socioemotional processing in loneliness through feedback-based interpretation training. *Computers in Human Behavior, 117*, 106668. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106668>.
- Jeste, D. V., Lee, E. E., & Cacioppo, S. (2020). Battling the Modern Behavioral Epidemic of Loneliness Suggestions for Research and Interventions. *JAMA Psychiatry, 26*(11), 1162–1168. <https://doi.org/10.1002/gps.2656>.
- Jong-gierveld, J. De, & Jong-gierveld, J. D. E. (1987). *Developing and Testing a Model of Loneliness*. *53*(1), 119–128.
- Kearns, S. M., & Creaven, A.-M. (2016). Individual differences in positive and negative emotion regulation: Which strategies explain variability in loneliness? *Personality and Mental Health, 7*, 102–113. <https://doi.org/10.1002/pmh>.
- Kharicha, K., Manthorpe, J., Iliffe, S., Chew-Graham, C. A., Cattan, M., Goodman, C., Kirby-Barr, M., Whitehouse, J. H., & Walters, K. (2021). Managing loneliness: a qualitative study of older people's views. *Aging and Mental Health, 25*(7), 1206–1213. <https://doi.org/10.1080/13607863.2020.1729337>.
- Kirana, K. C. (2021). *Pada perempuan lansia warga binaan panti wreda loneliness and logotherapy on elderly women in nursing home*. *23*(1), 46–64.
- Koltz, R. L., & Koltz, D. J. (2021). Eco-art Activities for Older Adults: Reducing Stress and Reframing Aging. *Family Journal*. <https://doi.org/10.1177/10664807211063196>.
- Kong, L., Gao, Z., Xu, N., Shao, S., Ma, H., He, Q., Zhang, D., Xu, H., & Qu, H. (2021). The relation between self-stigma and loneliness in visually impaired college students : Self-acceptance as mediator. *Disability and Health Journal, 14*(2), 101054. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2020.101054>
- Krisnawati, E., & Soetjningsih, C. H. (2017). *Hubungan antara kesepian dengan selfie - liking pada mahasiswa*. *16*(2), 122–127.
- Kulsum, S., & Siregar, I. K. (2022). *Eco-Art therapy: Group guidance techniques for recognizing s tudents' emotions Siti Kulsum 1 , Ilham Khairi Siregar 2 , 2. 9*(2), 195–200.
- Li, S., Zhang, X., Luo, C., Chen, M., Xie, X., Gong, F., Lv, F., Xu, J., Han, J., Fu, L., & Sun, Y. (2021). *The mediating role of self-acceptance in the relationship between loneliness and subjective well-being among the elderly in nursing home*. *0*(September), 1–8.
- Maes, M. (2019). *Gender Differences in Loneliness Across the Lifespan : A Meta-Analysis*. February. <https://doi.org/10.1002/per.2220>

- Marisa, D., & Afriyeni, N. (2019). *Kesepian Dan Self Compassion Mahasiswa Perantau Loneliness and Self Compassion Among Abroad University Students*. 1–11.
- Mcquaid, R. J., Cox, S. M. L., Ogunlana, A., & Jaworska, N. (2021). The burden of loneliness: Implications of the social determinants of health during COVID-19. *Psychiatry Research*, 296, 113648. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113648>
- Mishra, S. K., Kodwani, A. D., Jumar, K. K., & Jain, K. K. (2018). Linking Loneliness to Depression: a Dynamic Perspective. *Benchmarking: An Internasional Journal*. <https://doi.org/10.1108/BIJ-10-2016-0158>
- 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(October 2018), 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.03.006>
- Montagut, R. B., Yde, C. N., & Begueria, A. (2018). What Do We Know About the Relationship Between Internet Mediated Interaction and Social Isolation and Loneliness in Later Life? *Quality in Ageing and Older Adults*. doi.org/10.1108/QAOA-03-2017-0008
- Mubasyiroh, R., Suryaputri, I. Y., & Tjandrarini, D. H. (2017). Determinan Gejala Mental Emosional Pelajar SMP-SMA di Indonesia Tahun 2015. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 45(2), 103–112. <https://doi.org/10.22435/bpk.v45i2.5820.103-112>
- Mund, M., & Neyer, F. J. (2015). *The Winding Paths of the Lonesome Cowboy: Evidence for Mutual Influences Between Personality, Subjective Health, and Loneliness*. <https://doi.org/10.1111/jopy.12188>
- Myrick, R. D. (2011). *Developmental guidance and counseling: a practical approach*.
- Newall, N. E. G., Chipperfield, J. G., Bailis, D. S., & Stewart, T. L. (2013). Consequences of loneliness on physical activity and mortality in Older adults and the power of positive emotions. *Health Psychology*, 32(8), 921–924. <https://doi.org/10.1037/a0029413>
- Ng, S. M., & Lee, T. M. C. (2020). The mediating role of hardiness in the relationship between perceived loneliness and depressive symptoms among older. *Aging and Mental Health*, 24(5), 805–810. <https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1550629>
- Novotney, A. (2019). The risks of social isolation Psychologists are studying how to combat loneliness in those most at risk, such as older adults. In *American Psychological Association* (Vol. 50, Issue 5).
- NZ, L. (n.d.). *Lonely Life Stage Adulthood*. <https://loneliness.org.nz/lonely/life-stage/adulthood/>
- Pambudi, W. E., Dewi, E. I., & Sulistyorini, L. (2017). Pengaruh terapi aktivitas

- kelompok sosialisasi (taks) terhadap kemampuan interaksi sosial pada lansia dengan kesepian di pelayanan sosial lanjut usia (pslu) jember (the effects of socialization group activity therapy (sgat) toward ability of social intera. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5(2), 253–259. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/view/5774>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2019). Loneliness correlates and associations with health variables in the general population in Indonesia. *International Journal of Mental Health Systems*, 1–11. <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0281-z>
- Peplau, L. A. (1985). *Loneliness research: basic concepts and findings*.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). *Loneliness*. 571–581.
- Pike, A. A. (2021). *Eco-Art Therapy in Practice*. Routledge.
- Pratiwi, D., Dahlan, T. H., & Damaianti, L. F. (2019). Pengaruh Self-Compassion Terhadap Kesepian Pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Psikologi Insight*, 3(2), 88–97.
- Preece, D. A., Goldenberg, A., Becerra, R., Boyes, M., Hasking, P., & Gross, J. J. (2021). Loneliness and emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, 180(October 2020), 110974. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110974>
- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Roekel, V., Lodder, G., Bangee, M., Maes, M., & Verhagen, M. (2015). *Loneliness Across the Life Span*. <https://doi.org/10.1177/1745691615568999>
- Richardson, T., Elliott, P., & Roberts, R. (2017). Relationship between loneliness and mental health in students. *Journal of Public Mental Health*, 16(2), 48–54. <https://doi.org/10.1108/JPMH-03-2016-0013>
- Robertson, G. (2019). *Understanding the psychological drivers of loneliness : the first step towards developing more effective psychosocial interventions*. 20(3), 143–154. <https://doi.org/10.1108/QAOA-03-2019-0008>
- Rokach, A. (2018). *The Effect of Gender and Culture on Loneliness : A Mini Review*. 2(2), 59–64.
- Rotenberg, K. J., Hymel, S., Psychology, E., & Education, S. (1999). *Loneliness in Childhood and Adolescence*. Cambridge University.
- Rusmana, N. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah*. Rizqi Press.
- Russell, D. W. (1996a). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal Of Personality Assessmen*, 66(1), 20–40. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601>
- Russell, D. W. (1996b). UCLA Loneliness Scale (Version3) : Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40.
- Sagan, O. (2020). *The lonely legacy : loss and testimonial injustice in the narratives of people diagnosed with personality disorder*. <https://doi.org/10.1108/MHSI->

05-2020-0031

- Sagita, D. D., & Hermawan, D. (2020). *Kesepian Remaja Pada Masa Pandemi COVID-19*. 3(2), 122–130.
- Saraceno, J. (2017). CBT Eco Art Therapy: Mood Regulation With Young Adults in Nature. *Case Western Reserve University*.
- Sari, I. P., & Listiyandini, R. A. (2015). *Hubungan Antara Resiliensi Dengan Kesepian (Loneliness) Pada Dewasa Muda LajaNG*. 6, 45–51.
- Segrin, C. (2019). Indirect Effects of Social Skills on Health Through Stress and Loneliness. *Health Communication*, 34(1), 118–124. <https://doi.org/10.1080/10410236.2017.1384434>
- Selby, R. P. (2021). Eco-Art Therapy And Youth Loneliness In A Digital Age. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 4(1), 1–2. http://www.ejurnal.its.ac.id/index.php/sains_seni/article/view/10544%0Ahttps://scholar.google.com/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=tawuran+antar+pe+lajar&btnG=%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jfca.2019.103237
- Sembiring, K. D. R. (2017). Hubungan Antara Kesepian Dan Kecenderungan Narsistik Pada Pengguna Jejaring Sosial Media Instagram. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 147. <https://doi.org/10.14710/jp.16.2.147-154>
- Setyowati, D., & Suwarjo, S. (2021). Konseling individu rational emotive behavior: studi eksperimen terhadap peningkatan konsep diri. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 9(4), 315. <https://doi.org/10.29210/152900>
- Sharf, R. S. (2012). *Theories of Psychotherapy and Counseling* (5th ed.). Cengage Learning.
- Sommers-Flanagan, J., & Sommers-Flanagan, R. (2015). *Counseling and Psychotherapy Theories in Context and Practice*. John Wiley & Sons, Ltd.
- Speert, E. (2016). *Eco - Art Therapy : Deepening Connections with the Natural World*.
- Stacey, J., & Edwards, A. (2013). *Feature Resisting loneliness ' dark pit : a narrative therapy approach*. 18(1), 20–27. <https://doi.org/10.1108/13595471311295978>
- Stickley, A., Koyanagi, A., Leinsalu, M., & Ferlander, S. (2015). Loneliness and health in Eastern Europe : findings from Moscow , Russia. *Public Health*, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2014.12.021>
- Storlie, C. A., Giegerich, V., Stoner-harris, T., Byrd, J., Storlie, C. A., Giegerich, V., Stoner-harris, T., & Byrd, J. (2018). Conceptual Metaphors in Internship : Creative Journeys in Counselor Development Conceptual Metaphors in Internship : Creative Journeys in Counselor Development. *Journal of Creativity in Mental Health*, 00(00), 1–13. <https://doi.org/10.1080/15401383.2018.1439790>
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi Model Rasch Untuk Ilmu Ilmu*

Sosial.

- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2015). *Aplikasi Pemodelan RASCH pada Assessment Pendidikan*.
- Summers, J. K., & Vivian, D. N. (2018). *Ecotherapy – A Forgotten Ecosystem Service : A Review*. 9(August), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01389>
- Tabatabaee-yazdi, M., & Motallebzadeh, K. (2017). *Development and Validation of a Teacher Success Questionnaire Using the Rasch Model*. 11(2), 129–144.
- Thoma, M. V., Rohleder, N., & Rohner, S. L. (2021). Clinical Ecopsychology: The Mental Health Impacts and Underlying Pathways of the Climate and Environmental Crisis. *Frontiers in Psychiatry*, 12(May), 1–20. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.675936>
- Tiwari, S. C. (2013). *Loneliness : A disease?* 55(4), 320–322. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.120536>
- Tomás, J. M., Pinazo-Hernandis, S., Donio-Bellegarde, M., & Hontangas, P. M. (2017). Validity of the de Jong Gierveld Loneliness Scale in Spanish older population: competitive structural models and item response theory. *European Journal of Ageing*, 14(4), 429–437. <https://doi.org/10.1007/s10433-017-0417-4>
- Tulasi, D. (2010). Merunut Pemahaman Taksonomi Bloom: Suatu Kontemplasi Filosofis. *Humaniora*, 1(2), 359. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v1i2.2878>
- Wang, B., & Dong, X. (2018). *The Association Between Personality and Loneliness : Findings From a Community-Dwelling Chinese Aging Population*. <https://doi.org/10.1177/2333721418778181>
- Wickens, C. M., McDonald, A. J., Elton-Marshall, T., Wells, S., Nigatu, Y. T., Jankowicz, D., & Hamilton, H. A. (2021). Loneliness in the COVID-19 pandemic: Associations with age, gender and their interaction. *Journal of Psychiatric Research*, 136(December 2020), 103–108. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.01.047>
- Willis, S. S. (2017). *Remaja dan Masalahnya*. Alfabeta.
- Wiyono, H., Sukartini, T., Keperawatan, F., Airlangga, U., Mulyorejo, K. C., Keperawatan, F., Airlangga, U., Kesehatan, F. I., & Muhammadiyah, U. (2019). *Pengaruh Cognitive Commitment Behavioral Therapy (Ccbt) Terhadap Tingkat Kesepian, Kecemasan Dan Depresi Pada Lanjut Usia Dengan Sindrom Stres RelOKASI*. 3(2), 1–14.
- Woolham, J., Daly, G., Hughes, E., Woolham, J., Daly, G., & Hughes, E. (2013). *Loneliness amongst older people : findings from a survey in Coventry , UK*. <https://doi.org/10.1108/QAOA-12-2012-0028>
- Wulandari, A., Murharyati, A., & Suryandari, D. (2020). *Gambaran Tingkat Kesepian Lanjut Usia Akibat Dampak Covid-19*. 70.

- Yun, R. C., Fardghassemi, S., & Joffe, H. (2022). Thinking too much: How young people experience rumination in the context of loneliness. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, June, 1–21. <https://doi.org/10.1002/casp.2635>
- Yusuf, A., Kurnia, I. D., Aero, M., & Noerviana, D. (2018). *Pengaruh Millieu Therapy Metode Kreasi Seni membuat Gelang terhadap Penurunan Kesepian (Loneliness) Lansia Pendahuluan Lanjut usia adalah seseorang berusia 60 tahun atau lebih (WHO , 2010). Di Indonesia telah terjadi peningkatan jumlah lansia secara d. 1(1)*, 109–118.
- Yusuf, N. F. (2015). *Kesepian dan Depresi : Studi Metaanalisis*. 978–979.
- Yusuf, S. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Rosdakarya.
- Zealand, N., Gierveld, J. D. J., Rokach, A., & Avenue, C. (2007). *The Turkish Short Version of The Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S): Initial Development and Validation*. 35(6), 717–734.
- Zhou, Z., Wang, P., & Fang, Y. (2017). *Loneliness and the risk of dementia among older Chinese adults : gender differences*. 7863(January). <https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1277976>.