

# Hubungan Loneliness dan Self-compassion pada emerging adults pengguna aplikasi Kencan Bumble = The correlation between Loneliness and Self-compassion among emerging adults using the Bumble Dating application

Shafira Amelia Thaher, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920547323&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Masa dewasa awal yang ditandai dengan eksplorasi dan pembentukan identitas, sering kali melibatkan penggunaan aplikasi kencan seperti Bumble untuk memulai hubungan romantis. Terlepas dari niat untuk mengurangi rasa kesepian, penggunaan aplikasi ini secara tidak sengaja dapat memperburuk perasaan kesepian karena fenomena seperti ghosting dan breadcrumbing. Penelitian ini menyelidiki korelasi antara kesepian dan welas diri di antara individu dewasa awal yang menggunakan aplikasi kencan Bumble. Terdapat 160 partisipan berusia 18-29 tahun ( $M = 23.23$ ,  $SD = 2.37$ ) yang berpartisipasi dalam penelitian. Hasil penelitian menggunakan Skala Kesepian UCLA (Versi 3) dan Skala Welas Diri (SWD). Temuan menunjukkan korelasi positif yang signifikan antara kesepian dan welas diri, dimana tingkat kesepian yang tinggi dikaitkan dengan tingkat welas diri yang tinggi. Secara spesifik, kesepian berkorelasi negatif terhadap komponen positif welas diri dan berkorelasi positif terhadap komponen negatif welas diri. Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan pembaca dan menjadi pedoman untuk dewasa awal pengguna aplikasi kencan Bumble untuk memahami pentingnya peran welas diri sebagai faktor protektif terhadap kesepian.

.....Emerging adulthood, characterized by exploration and identity formation, often involves using dating apps like Bumble to initiate romantic relationships. Despite the intention to reduce loneliness, using these apps can inadvertently exacerbate feelings of loneliness due to phenomena such as ghosting and breadcrumbing. This study investigates the correlation between loneliness and self-compassion among emerging adults using the Bumble dating app. There are 160 participants aged 18-29 years ( $M = 23.23$ ,  $SD = 2.37$ ) who participate in the study. The results are obtained using the UCLA Loneliness Scale (Version 3) and the Self-Compassion Scale (SCS). The findings show a significant positive correlation between loneliness and self-compassion, where high levels of loneliness are associated with high levels of self-compassion. Specifically, loneliness negatively correlates with the positive components of self-compassion and positively correlates with the negative components of self-compassion. This study aims to broaden readers' understanding and serve as a guide for emerging adults using the Bumble dating app to recognize the importance of self-compassion as a protective factor against loneliness.