

KESEPIAN DAN KECEMASAN SOSIAL PADA DEWASA AWAL DITINJAU DARI BENTUK PARASOCIAL RELATIONSHIP

Frizkya Amalia Putri¹, Iga Noviekayati², Aliffia Ananta³

frizkyaaputri@gmail.com¹

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ABSTRAK

Parasocial relationship merupakan bentuk keterikatan emosional satu arah antara individu dan figur media yang semakin umum dialami oleh dewasa awal seiring meningkatnya penggunaan media digital. Parasocial relationship tidak bersifat tunggal, melainkan memiliki variasi bentuk afeksi, seperti para-romantic love dan para-friendship, yang secara teoretis diasumsikan berkaitan dengan kebutuhan psikologis yang berbeda. Penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan tingkat kesepian dan kecemasan sosial pada dewasa awal ditinjau dari kecenderungan bentuk parasocial relationship tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif. Partisipan berjumlah 117 dewasa awal berusia 18 sampai 25 tahun yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Parasocial relationship diukur menggunakan skala multidimensional berdasarkan teori Tukachinsky, kesepian diukur menggunakan De Jong Gierveld Loneliness Scale, dan kecemasan sosial diukur menggunakan skala kecemasan sosial dari La Greca dan Lopez. Analisis data dilakukan menggunakan uji independent samples t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat kesepian maupun kecemasan sosial antara kelompok para-romantic love dan para-friendship. Temuan ini mengindikasikan bahwa perbedaan bentuk afeksi dalam parasocial relationship belum menjadi faktor pembeda kondisi psikologis dewasa awal dalam konteks kesepian dan kecemasan sosial, khususnya pada tingkat keterikatan parasosial yang moderat.

Kata Kunci: Parasocial Relationship, Para-Romantic Love, Para-Friendship, Kesepian, Kecemasan Sosial, Dewasa Awal.

ABSTRACT

Parasocial relationship refers to a one-sided emotional attachment between individuals and media figures, which has become increasingly prevalent among emerging adults due to the widespread use of digital media. Parasocial relationships are not a unitary phenomenon but involve different affective forms, such as para-romantic love and para-friendship, which are theoretically assumed to fulfill different psychological needs. This study aimed to examine differences in loneliness and social anxiety among emerging adults based on the predominant form of parasocial relationship. A quantitative comparative design was employed with 117 participants aged 18 to 25 years selected through purposive sampling. Parasocial relationship was measured using a multidimensional scale based on Tukachinsky's framework, loneliness was assessed using the De Jong Gierveld Loneliness Scale, and social anxiety was measured using the Social Anxiety Scale developed by La Greca and Lopez. Data were analyzed using independent samples t-tests. The results indicated no significant differences in levels of loneliness or social anxiety between individuals with para-romantic love and para-friendship tendencies. These findings suggest that differences in affective forms of parasocial relationships do not necessarily distinguish psychological conditions related to loneliness and social anxiety among emerging adults, particularly when parasocial involvement remains at a moderate level.

Keywords: Parasocial Relationship, Para-Romantic Love, Para-Friendship, Loneliness, Social Anxiety, Emerging Adulthood.

PENDAHULUAN

Perkembangan media digital telah secara fundamental mengubah pola relasi sosial individu. Akses yang berkelanjutan terhadap figur media, seperti selebriti, aktor, atau kreator konten, memungkinkan individu mengalami rasa kedekatan emosional yang intens

meskipun tidak melibatkan interaksi timbal balik secara langsung. Melalui paparan yang repetitif dan personalisasi konten, figur media dapat dipersepsi sebagai sosok yang akrab, dapat dipahami, dan emosionalnya relevan bagi individu. Fenomena ini dikenal sebagai parasocial relationship, yaitu keterikatan emosional satu arah antara individu dan figur media yang dirasakan menyerupai hubungan interpersonal nyata (Horton & Wohl, 1956; R. H. Tukachinsky, 2010).

Parasocial relationship menjadi semakin menonjol pada kelompok dewasa awal, seiring dengan karakteristik perkembangan psikososial pada fase ini. Dewasa awal ditandai oleh proses eksplorasi identitas, pencarian keintiman emosional, serta penyesuaian terhadap tuntutan relasi sosial yang semakin kompleks (Arnett, 2000). Pada periode ini, individu diharapkan mampu membangun hubungan interpersonal yang stabil dan bermakna, baik dalam konteks pertemanan maupun hubungan romantis. Namun, tidak semua individu mampu memenuhi tuntutan tersebut secara optimal, sehingga sebagian mengalami kesepian dan kecemasan sosial dalam berinteraksi dengan orang lain.

Kesepian dan kecemasan sosial telah lama dikaitkan dengan cara individu mencari alternatif pemenuhan kebutuhan afeksi dan kedekatan emosional. Individu yang mengalami kesulitan dalam relasi sosial nyata cenderung mencari bentuk relasi yang dirasakan lebih aman, dapat dikontrol, dan minim risiko penolakan. Dalam konteks ini, parasocial relationship dipahami sebagai salah satu bentuk substitusi simbolik atas hubungan interpersonal yang tidak terpenuhi (Hartmann & Goldhoorn, 2011; Rubin et al., 1985). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa tingkat kesepian dan kecemasan sosial yang lebih tinggi berkaitan dengan keterlibatan yang lebih intens dalam relasi parasosial, meskipun arah dan makna hubungan tersebut masih menjadi perdebatan.

Seiring perkembangan kajian media dan psikologi, pemahaman mengenai parasocial relationship mengalami perluasan konseptual. Parasocial relationship tidak lagi diperlakukan sebagai fenomena yang bersifat tunggal dan seragam, melainkan sebagai relasi yang memiliki variasi kualitas emosional dan fungsi psikologis. Tukachinsky (2010) mengemukakan bahwa parasocial relationship bersifat multidimensional dan dapat dibedakan ke dalam bentuk para-romantic love dan para-friendship. Para-romantic love dicirikan oleh keterikatan emosional yang menyerupai hubungan romantis, seperti adanya idealisasi dan perasaan afeksi yang intens, sedangkan para-friendship lebih menyerupai kedekatan emosional dalam konteks pertemanan yang dirasakan hangat namun relatif non-romantis.

Secara teoretis, perbedaan bentuk parasocial relationship tersebut diasumsikan berkaitan dengan kebutuhan psikologis yang berbeda. Para-romantic love sering diasosiasikan dengan kebutuhan keintiman dan afeksi yang lebih mendalam, sementara para-friendship dipahami sebagai upaya memenuhi kebutuhan akan kebersamaan dan dukungan emosional. Berdasarkan asumsi ini, muncul dugaan bahwa individu dengan kecenderungan parasocial relationship yang berbeda akan menunjukkan tingkat kesepian dan kecemasan sosial yang berbeda pula.

Namun, asumsi tersebut belum banyak diuji secara empiris. Sebagian besar penelitian terdahulu masih mengkaji parasocial relationship sebagai konstruk tunggal, dengan fokus pada intensitas keterikatan atau frekuensi konsumsi media, tanpa membedakan kualitas atau bentuk relasi parasosial yang terlibat (Dibble et al., 2016; R. Tukachinsky et al., 2020). Akibatnya, hubungan antara parasocial relationship dan kondisi psikologis seperti kesepian dan kecemasan sosial sering kali disederhanakan, seolah-olah keterikatan parasosial tertentu secara inheren mencerminkan kerentanan psikologis yang lebih tinggi.

Selain itu, kajian mengenai parasocial relationship dengan pendekatan multidimensional pada konteks budaya Indonesia masih relatif terbatas. Norma sosial, nilai

kolektivitas, serta pola relasi interpersonal dalam budaya Indonesia berpotensi memengaruhi cara individu memaknai dan memanfaatkan relasi parasosial. Ketidakhadiran kajian empiris dalam konteks ini membuka kemungkinan bahwa temuan penelitian dari konteks budaya lain tidak sepenuhnya dapat digeneralisasikan.

Berdasarkan celah konseptual dan empiris tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan tingkat kesepian dan kecemasan sosial pada dewasa awal ditinjau dari kecenderungan bentuk parasocial relationship, yaitu para-romantic love dan para-friendship. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan pendekatan multidimensional parasocial relationship dalam mengkaji dinamika kesepian dan kecemasan sosial, serta pada upaya menguji secara kritis asumsi bahwa perbedaan bentuk relasi parasosial mencerminkan perbedaan kondisi psikologis tertentu. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan literatur parasocial relationship dan pemahaman yang lebih nuansa mengenai relasi antara media, kebutuhan afeksi, dan kesehatan psikologis dewasa awal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif dan cross sectional design. Fokus penelitian adalah membandingkan tingkat kesepian dan kecemasan sosial pada individu dewasa awal berdasarkan kecenderungan bentuk parasocial relationship yang dimiliki, dengan pengambilan data yang dilakukan pada satu waktu pengukuran. Parasocial relationship dalam penelitian ini dipahami sebagai fenomena relasional yang bersifat multidimensional, sehingga dibedakan ke dalam dua bentuk utama, yaitu para-romantic love dan para-friendship, sebagaimana dikemukakan oleh Tukachinsky (2010).

Partisipan penelitian merupakan individu dewasa awal yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Partisipan penelitian merupakan individu dewasa awal yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pemilihan partisipan didasarkan pada kriteria tertentu, yaitu individu yang berada pada rentang usia dewasa awal, memiliki pengalaman mengikuti figur media, serta menunjukkan kecenderungan parasocial relationship. Pendekatan ini digunakan untuk memastikan bahwa partisipan yang terlibat relevan dengan tujuan penelitian. Seluruh partisipan berpartisipasi secara sukarela setelah memperoleh penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian.

Kecenderungan parasocial relationship diukur menggunakan skala parasocial relationship multidimensional yang dikembangkan berdasarkan teori Tukachinsky (2010). Skala ini memungkinkan pengelompokan partisipan ke dalam kecenderungan para-romantic love dan para-friendship. Tingkat kesepian diukur menggunakan De Jong Gierveld Loneliness Scale yang dikembangkan oleh De Jong Gierveld dan Van Tilburg (2006), yang memandang kesepian sebagai pengalaman subjektif akibat ketidakpuasan terhadap kualitas hubungan sosial. Sementara itu, kecemasan sosial diukur menggunakan skala kecemasan sosial yang dikembangkan oleh La Greca dan Lopez (1998), yang mengukur tingkat kecemasan individu dalam situasi sosial yang melibatkan interaksi interpersonal dan potensi evaluasi sosial.

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada partisipan sesuai dengan kriteria penelitian. Partisipan diminta untuk mengisi seluruh instrumen secara mandiri. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik inferensial untuk membandingkan tingkat kesepian dan kecemasan sosial antara kelompok partisipan dengan kecenderungan para-romantic love dan para-friendship, sesuai dengan tujuan penelitian..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 117 responden dewasa awal berusia 18 sampai 25 tahun yang berdomisili di Surabaya, merupakan pengguna aktif media sosial, dan memiliki figur media favorit. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan. Platform media sosial yang paling banyak digunakan oleh responden adalah Instagram, diikuti oleh TikTok dan YouTube. Sebagian besar responden mengidolakan figur media dari kategori idol group dan menunjukkan intensitas interaksi yang tinggi dengan konten figur media. Ringkasan karakteristik responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian (N = 117)

Karakteristik	Kategori	N	%
Usia	18–25 tahun	117	100
Jenis Kelamin	Perempuan	112	95,7
	Laki-laki	5	4,3
Platform Media Sosial*	Instagram	83	70,9
	TikTok	81	69,2
	YouTube	78	66,7
	X (Twitter)	44	37,6
Figur Media Favorit	Idol group	98	84,0
	Aktor/Aktris	10	9,0
	Penyanyi luar negeri	3	3,0
	Content creator	3	3,0
	Penyanyi lokal	2	2,0
	Atlet	1	1,0

*Catatan. Data penggunaan platform media sosial merupakan multiple responses, sehingga akumulasi persentase tidak berjumlah 100%.

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk menggambarkan tingkat kesepian dan kecemasan sosial pada dua bentuk parasocial relationship, yaitu para-romantic love (PSL) dan para-friendship (PSF).

Pada variabel kesepian, kelompok para-romantic love memiliki nilai rata-rata yang sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok para-friendship. Sementara itu, pada variabel kecemasan sosial, kelompok para-friendship menunjukkan nilai rata-rata yang sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok para-romantic love. Perbedaan nilai rata-rata pada kedua variabel tersebut masih bersifat deskriptif dan belum menunjukkan signifikansi statistik. Ringkasan statistik deskriptif masing-masing variabel disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Kesepian dan Kecemasan Sosial berdasarkan Parasocial relationship

Variabel	Kelompok	N	Mean	SD
Kesepian	<i>Para-romantic love</i> (PSL)	87	28,01	5,40
	<i>Para-friendship</i> (PSF)	30	27,83	5,29
Kecemasan Sosial	<i>Para-romantic love</i> (PSL)	87	51,14	10,98
	<i>Para-friendship</i> (PSF)	30	52,20	11,92

Hasil pengujian perbedaan tingkat kesepian dan kecemasan sosial antara kelompok para-romantic love (PSL) dan para-friendship (PSF) dianalisis menggunakan uji independent samples t-test. Pada variabel kesepian, diperoleh nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,876 dengan nilai $t = 0,157$ pada derajat kebebasan (df) 115, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat kesepian yang signifikan secara statistik antara kelompok PSL dan PSF. Selanjutnya, pada variabel kecemasan sosial, hasil uji menunjukkan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,656 dengan nilai $t = -0,447$ pada derajat kebebasan (df) 115, yang juga mengindikasikan tidak adanya perbedaan tingkat kecemasan sosial yang signifikan antara kedua kelompok. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bentuk afeksi dalam parasocial relationship, baik yang

bersifat para-romantic love maupun para-friendship, tidak membedakan tingkat kesepian dan kecemasan sosial pada dewasa awal. Rincian hasil uji perbedaan disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Perbedaan Kesepian dan Kecemasan Sosial antara Kelompok PSL dan PSF

Variabel	Mean PSL	Mean PSF	t	p
Kesepian	28,01	27,83	0,157	0,876
Kecemasan Sosial	51,14	52,20	-0,447	0,656

*Keterangan: PSL = para-romantic love; PSF = para-friendship.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan tingkat kesepian dan kecemasan sosial pada dewasa awal berdasarkan dua bentuk afeksi dalam parasocial relationship, yaitu para-romantic love (PSL) dan para-friendship (PSF). Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik pada tingkat kesepian maupun kecemasan sosial antara kedua kelompok tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa perbedaan bentuk afeksi parasosial, baik yang bersifat romantis maupun persahabatan, belum menjadi faktor yang membedakan kondisi psikologis individu dalam hal kesepian dan kecemasan sosial pada sampel penelitian ini.

Karakteristik responden dalam penelitian ini penting untuk diperhatikan dalam menafsirkan hasil. Seluruh responden merupakan dewasa awal berusia 18 sampai 25 tahun yang aktif menggunakan media sosial, dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan dan tinggal di wilayah perkotaan. Selain itu, sebagian besar responden mengidolakan figur media dari kategori idol group dan menunjukkan intensitas interaksi yang cukup tinggi dengan konten figur media, terutama melalui platform visual dan interaktif seperti Instagram dan TikTok. Kondisi ini menunjukkan bahwa keterlibatan parasosial dalam penelitian ini terjadi dalam konteks budaya media yang dekat dengan kehidupan sehari-hari, sehingga parasocial relationship dapat dipahami sebagai pengalaman yang umum dan relatif wajar di kalangan dewasa awal.

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa pada variabel kesepian, kelompok para-romantic love memiliki nilai rata-rata yang sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok para-friendship. Sebaliknya, pada variabel kecemasan sosial, kelompok para-friendship menunjukkan nilai rata-rata yang sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok para-romantic love. Namun, perbedaan nilai rata-rata tersebut tergolong kecil dan tidak mencapai signifikansi statistik. Pola ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat perbedaan kecil dalam pengalaman kesepian dan kecemasan sosial antara kedua bentuk afeksi parasosial, perbedaan tersebut belum cukup kuat untuk dianggap bermakna secara empiris.

Tidak ditemukannya perbedaan yang signifikan antara kelompok PSL dan PSF dapat dipahami dengan melihat tingkat keterikatan parasosial responden. Secara umum, keterlibatan parasosial pada sampel penelitian ini berada pada tingkat sedang, sehingga belum menunjukkan ciri keterikatan yang intens, eksklusif, atau sampai menggantikan hubungan sosial di dunia nyata. Pada tingkat keterikatan seperti ini, parasocial relationship cenderung berperan sebagai sumber hiburan dan keterhubungan emosional tambahan, bukan sebagai pengganti utama hubungan interpersonal nyata. Temuan ini sejalan dengan pandangan awal Horton dan Wohl (1956) yang memaknai parasocial relationship sebagai pengalaman relasional yang umum dalam konsumsi media.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini juga mendukung kerangka konseptual yang dikemukakan oleh Tukachinsky (2010), yang menyatakan bahwa parasocial relationship bersifat dinamis dan dapat berada pada spektrum adaptif hingga maladaptif. Dalam konteks penelitian ini, para-romantic love dan para-friendship dipahami sebagai dua bentuk afeksi parasosial yang berbeda secara emosional, namun keduanya belum menunjukkan dampak psikologis yang berbeda karena tingkat keterikatannya relatif seimbang dan belum

mencapai tingkat yang ekstrem. Dengan demikian, perbedaan bentuk afeksi parasosial saja belum cukup untuk menimbulkan perbedaan kondisi psikologis tanpa disertai intensitas keterlibatan yang tinggi.

Pada variabel kesepian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa parasocial relationship pada tingkat keterikatan yang sedang belum berfungsi sebagai pengganti langsung hubungan sosial di dunia nyata. Temuan ini tidak meniadakan peran kesepian dalam keterlibatan parasosial, tetapi menunjukkan bahwa hubungan antara keduanya tidak bersifat sederhana. Penelitian oleh Mehta dan Vigraanth (2023) menunjukkan bahwa hubungan antara kesepian dan parasocial relationship menjadi lebih bermakna ketika individu memiliki kerentanan psikologis tambahan, seperti intolerance of uncertainty atau pola penggunaan media yang tidak terkontrol. Selain itu, meta-analisis oleh Tukachinsky, Walter, dan Saucier (2020) menemukan bahwa hubungan antara parasocial relationship dan kekurangan sosial, termasuk kesepian, umumnya berada pada kategori lemah hingga sedang dan sangat dipengaruhi oleh konteks serta karakteristik keterlibatan parasosial. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa parasocial relationship tidak secara otomatis mencerminkan atau memperkuat kesepian pada dewasa awal.

Pada variabel kecemasan sosial, tidak ditemukannya perbedaan yang signifikan antara kelompok PSL dan PSF menunjukkan bahwa bentuk afeksi parasosial tidak berkaitan secara langsung dengan ketakutan terhadap evaluasi negatif dalam situasi sosial. Individu dengan kecenderungan para-romantic love maupun para-friendship dapat sama-sama berada pada tingkat kecemasan sosial yang rendah, sedang, maupun tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa pada tingkat keterikatan parasosial yang moderat, parasocial relationship belum berfungsi sebagai bentuk penghindaran sosial yang membedakan satu bentuk afeksi parasosial dari yang lain.

Meskipun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa parasocial relationship tetap memiliki potensi menjadi maladaptif apabila keterikatannya berkembang secara berlebihan dan tidak seimbang. Interaksi parasosial dapat memberikan rasa keterhubungan sosial yang bersifat semu, yang dalam kondisi tertentu berpotensi mengurangi motivasi individu untuk membangun hubungan interpersonal nyata serta digunakan sebagai cara untuk menghindari interaksi sosial yang menimbulkan kecemasan (Derrick et al., 2009; R. Tukachinsky & Stever, 2018). Selain itu, keterlibatan parasosial yang intens dan berlangsung dalam jangka panjang juga dilaporkan dapat mempertahankan kecenderungan penghindaran sosial (Kazemitabar, 2022).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat kesepian dan kecemasan sosial antara para-romantic love dan para-friendship pada dewasa awal dalam konteks keterikatan parasosial yang moderat. Temuan ini menegaskan bahwa parasocial relationship perlu dipahami tidak hanya dari bentuk afeksinya, tetapi juga dari intensitas dan fungsi relasionalnya dalam kehidupan individu. Dalam konteks penggunaan media sosial yang tinggi dan keterlibatan parasosial yang relatif umum, perbedaan bentuk afeksi parasosial belum menunjukkan dampak psikologis yang berbeda secara signifikan..

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tidak ditemukan perbedaan yang signifikan pada tingkat kesepian maupun kecemasan sosial antara dewasa awal dengan kecenderungan parasocial relationship berbentuk para-romantic love dan para-friendship. Temuan ini menunjukkan bahwa perbedaan bentuk afeksi dalam parasocial relationship belum berperan sebagai faktor yang membedakan kondisi psikologis individu dalam hal kesepian dan kecemasan sosial pada sampel penelitian ini.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa parasocial relationship pada tingkat keterikatan yang moderat cenderung berfungsi sebagai pelengkap hubungan sosial, bukan sebagai pengganti hubungan interpersonal di dunia nyata. Baik para-romantic love maupun para-friendship dapat muncul sebagai pengalaman afektif yang umum dalam konsumsi media, tanpa secara langsung berkaitan dengan tingkat kesepian atau kecemasan sosial yang lebih tinggi. Dengan demikian, anggapan bahwa bentuk parasocial relationship tertentu secara inheren mencerminkan kerentanan psikologis yang lebih besar belum sepenuhnya didukung oleh temuan penelitian ini.

Temuan ini menegaskan pentingnya memahami parasocial relationship sebagai fenomena yang tidak hanya ditentukan oleh bentuk afeksinya, tetapi juga oleh tingkat intensitas, fungsi relasional, serta konteks penggunaannya dalam kehidupan individu. Perbedaan bentuk parasosial saja belum cukup untuk menjelaskan variasi kondisi psikologis tanpa mempertimbangkan faktor lain, seperti tingkat keterlibatan parasosial, pola penggunaan media, dan karakteristik psikososial individu.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan, antara lain penggunaan desain potong lintang dan karakteristik sampel yang relatif homogen, sehingga hasil penelitian perlu digeneralisasikan secara hati-hati. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan tingkat intensitas parasocial relationship, kualitas hubungan interpersonal di dunia nyata, serta faktor psikologis lain sebagai variabel moderator atau mediator. Pendekatan tersebut diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai dinamika parasocial relationship dan kesejahteraan psikologis pada dewasa awal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Derrick, J. L., Gabriel, S., & Hugenberg, K. (2009). Journal of Experimental Social Psychology Social surrogacy: How favored television programs provide the experience of belonging. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(2), 352–362. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2008.12.003>
- Dibble, J. L., Hartmann, T., & Rosaen, S. F. (2016). Parasocial Interaction and Parasocial Relationship: Conceptual Clarification and a Critical Assessment of Measures. *Human Communication Research*, 42(1), 21–44. <https://doi.org/10.1111/hcre.12063>
- Gierveld, J. D. J., & Van Tilburg, T. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness: Confirmatory tests on survey data. *Research on Aging*, 28(5), 582–598. <https://doi.org/10.1177/0164027506289723>
- Hartmann, T., & Goldhoorn, C. (2011). Horton and Wohl Revisited: Exploring Viewers' Experience of Parasocial Interaction. 61, 1104–1121. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2011.01595.x>
- Horton, D., & Wohl, R. R. (1956). Mass Communication and Para-Social Interaction: Observations on Intimacy at a Distance Tilo Hartmann Horton/Wohl: Mass Communication and Para-Social Interaction. In Wohl (Vol. 19, Issue 13, pp. 215–229).
- Kazemitabar, M. (2022). Heliyon The A (ffect) B (ehavior) C (ognition) D (ecision) of parasocial relationships : A pilot study on the psychometric properties of the Multidimensional Measure of Parasocial Relationships (MMPR). 8(July). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e10779>
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social Anxiety among Adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), 83–94. <https://doi.org/10.1023/A:1022684520514>
- Louise C., H., & John T., C. (2013). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. 40(2), 4–6. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8.Loneliness>

- Mehta, H. (2023). Parasocial Interactions, Intolerance of Uncertainty and Loneliness. 11(2). <https://doi.org/10.25215/1102.158>
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35(8), 741–756. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(97\)00022-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(97)00022-3)
- Rubin, A. M., Perse, E. M., & Powell, R. A. (1985). Loneliness, Parasocial Interaction, and Local Television News Viewing. *Human Communication Research*, 12(2), 155–180. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.1985.tb00071.x>
- Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization model. *Psychological Bulletin*, 92(3), 641–669. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.92.3.641>
- Tukachinsky, R. H. (2010). Para-Romantic Love and Para-Friendships: Development and Assessment of a Multiple-Parasocial Relationships Scale. <https://www.semanticscholar.org/Paper/Para-Romantic-Love-and-Para-Friendships%3A-and-of-a-Tukachinsky/2fb8389c6004a8bd62c9ab72e5a9725fe0a557b2>, 3, 73–94. <https://www.semanticscholar.org/paper/Para-Romantic-Love-and-Para-Friendships%3A-and-of-a-Tukachinsky/2fb8389c6004a8bd62c9ab72e5a9725fe0a557b2>
- Tukachinsky, R., & Stever, G. (2018). Theorizing Development of Parasocial Engagement. *Communication Theory*, 29(3), 209–230. <https://doi.org/10.1093/ct/qty032>
- Tukachinsky, R., Walter, N., & Saucier, C. J. (2020). Antecedents and Effects of Parasocial Relationships : A Meta-Analysis. 00, 1–27. <https://doi.org/10.1093/joc/jqaa034>