Prolite – Pernah nggak sih, kamu merasa sendirian di tengah keramaian? Atau malah nyaman banget duduk sendirian di kafe sambil menikmati secangkir kopi?

Nah, ternyata ada perbedaan besar antara “loneliness” dan “being alone“, dua konsep ini sering banget disalahartikan padahal punya makna yang jauh berbeda, lho!

Yuk, kita bedah bareng-bareng, apa sih perbedaan antara merasa kesepian dan menikmati waktu sendirian. Siapa tahu, kamu jadi bisa lebih memahami perasaan sendiri!

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan “Pace & Vibes”, Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

Loneliness: Saat Kesendirian Jadi Beban Hati

Ilustrasi sendirian – Freepik

Loneliness alias kesepian itu lebih dari sekadar sendiri, lho. Ini perasaan nggak nyaman yang muncul karena kamu merasa terputus dari orang lain, meskipun mungkin kamu dikelilingi banyak orang.

Kesepian seringkali datang dengan rasa hampa, sedih, dan seperti ada yang kurang. Biasanya, loneliness terjadi karena kamu merasa nggak ada koneksi yang bermakna dengan orang lain, entah itu karena hubungan yang kurang erat atau lingkungan yang kurang mendukung.

Being Alone: Nikmatnya Me-Time

Ilustrasi me time – shutterstock

Loneliness vs. Being Alone : Memahami 2 Konsep yang Sering Disalahartikan

Baca Selanjutnya
Menuai Kontroversi 18 Paskibraka Putri Lepas Hijab Saat Pengukuhan di IKN