

**PENGARUH *SOCIAL SUPPORT* TERHADAP KECENDERUNGAN
LONELINESS PADA MAHASISWA RANTAU DI KOTA MAKASSAR**

SKRIPSI

Pembimbing:

Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si

A. Tenri Pada Rustham, S.Psi., MA

Oleh:

RAMIJAYA SANGAJI

C021181034



PRODI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS HASANUDDIN

2023

HALAMAN JUDUL
PENGARUH *SOCIAL SUPPORT* TERHADAP KECENDERUNGAN
***LONELINESS* PADA MAHASISWA RANTAU DI KOTA MAKASSAR**

SKRIPSI

Diajukan untuk Menempuh Ujian Sarjana
Pada Fakultas Kedokteran
Program Studi Psikologi
Universitas Hasanuddin

Pembimbing:

Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si
A. Tenri Pada Rustham, S.Psi., MA

Oleh:

RAMIJAYA SANGAJI
C021181034



PRODI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN
2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH SOCIAL SUPPORT TERHADAP KECENDERUNGAN
LONELINESS PADA MAHASISWA RANTAU DI KOT MAKASSAR**

disusun dan diajukan oleh:

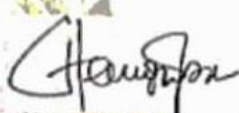
Ramijaya Sangaji
NIM: C021181034

Telah disetujui dan diajukan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin:


Pembimbing I


Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si
NIP. 19870218 201903 1 005

Pembimbing II


Andi Tenri Pada Rustham, S.Psi., M.A
NIP. 19811111 201012 2 003

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin


Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A
NIP. 19810725 201012.1.004

HALAMAN PENGESAHAN

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Hasanuddin maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan masukan Tim Penelaah/Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini telah saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini. Maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Makassar, 24 Oktober 2023

Yang membuat pernyataan,



Ramijaya Sangaji
NIM. C021181034

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah melimpahkan berkah, rahmat, dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul **"Pengaruh *Social Support* Terhadap Kecenderungan *Loneliness* Pada Mahasiswa Rantau di Kota Makassar"** Tugas akhir skripsi ini disusun dan diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan jenjang pendidikan strata satu dan mendapatkan gelar sarjana pada Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir skripsi ini bisa diselesaikan karena terdapat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua penulis tersayang yang telah melakukan upaya terbaiknya untuk memberikan segala fasilitas dan kemudahan bagi penulis, sehingga penulis dapat melanjutkan pendidikan hingga jenjang strata satu dan menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
2. Bapak Dr. Ichlas Nanang Affandi, S.Psi., M.A. selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dan dosen pembahas skripsi penulis, atas ilmu pengetahuan yang diajarkan kepada penulis selama berkuliah dan atas segala dukungan yang diberikan kepada penulis dalam penyelesaian masa studi dan tugas akhir skripsi ini. Penulis juga berterima kasih karena telah memberikan perhatian atas kesulitan penulis selama berkuliah.

3. Bapak Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si dan Ibu Andi Tenri Pada Rustham, S.Psi., M.A. selaku dosen pembimbing skripsi atas bimbingan, dukungan, arahan, bantuan, dan kemudahan yang berperan besar dalam penyelesaian tugas akhir skripsi ini. Penulis berterima kasih karena telah percaya dengan kemampuan penulis, juga atas uluran tangan saat penulis mengalami masa sulit. Tanpa keduanya penulis tidak akan mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
4. Ibu Susi Susanti, S.Psi., MA selaku pembahas skripsi. Terima kasih atas umpan balik, arahan, dan saran yang diberikan kepada peneliti selama proses seminar proposal dan seminar hasil, karenanya penulis dapat membenahi tugas akhir skripsi ini menjadi lebih baik
5. Seluruh staf Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin atas perannya sehingga penulis dapat melaksanakan segala proses perkuliahan dan seminar skripsi, karenanya penulis mengucapkan terima kasih
6. Seluruh Bapak Ibu Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin atas ilmu pengetahuan yang bermanfaat dan segala bantuannya kepada penulis. Terima kasih karena atas dedikasinya selama penulis berkuliah di Prodi Psikologi FK Unhas hingga penulis dapat sampai di tahap penyelesaian tugas akhir skripsi ini. Tanpa mereka penulis tidak akan mampu menyelesaikan kuliah.
7. Ibu Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing akademik penulis, terima kasih atas arahan dan bantuannya yang membuat penulis tahu kemana harus melangkah untuk menyelesaikan masa studi penulis.

8. Saudara-saudara penulis, Kulsum Sangadji, Siti Khadijah Sangadji, Boki Manur Sangadji, Ali Hasan Sangadji, dan Syarif Haji Sangadji. Terima kasih karena telah membantu penulis dalam banyak hal, membuat kehidupan penulis lebih mudah, menjadi tempat bagi penulis untuk bersandar.
9. Teman-teman terdekat penulis, FREEDOM (Echa, Darti, Ocha, Manda). Terima kasih karena telah menemani perjalanan penulis berkuliah hingga penyelesaian tugas akhir skripsi, kemudian tetap bersedia membantu penulis ditengah kesulitan yang juga dialami oleh mereka masing-masing, terima kasih telah menjadi *support system* bagi penulis.
10. Teman-teman Himpunan Mahasiswa Maluku (HMM). Terima kasih telah menjadi bagian dari proses penulis mengerjakan SKRIPSI, yang membuat jalan penulis lebih mudah.
11. Teman-teman Angkatan 2018 Mandalise, Terima kasih telah menjadi *support system* bagi penulis, mulai dari penulis berkuliah hingga berada pada fase penyelesaian tugas akhir SKRIPSI.
12. Teman angkatan CLOSURE 18 yang menjadi bagian kehidupan perkuliahan penulis, terima kasih telah menaungi penulis selama berkuliah di Program Studi Psikologi Universitas Hasanuddin.
13. Diri penulis sendiri. Terima kasih karena telah bertahan dari segala masa-masa kelam yang sulit. Terima kasih karena telah berjuang untuk diri sendiri. Terima kasih karena bersedia untuk memperbaiki dan mengembangkan diri.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir skripsi ini tidak luput dari kekurangan, keterbatasan, dan kesalahan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kesediaan para pembaca untuk memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun,

sehingga dapat menjadi bahan perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dari berbagai pihak.

Makassar, 24 Oktober 2023

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Ramijaya Sangaji', with a horizontal line underneath.

Ramijaya Sangaji

ABSTRAK

Ramijaya Sangaji, C021181034, Pengaruh *Social Support* Terhadap *Loneliness* Pada Mahasiswa Rantau di Kota Makassar, *Skripsi*, Fakultas Kedokteran, Program Studi Psikologi, 2023.
XIV + 96 Halaman, Lampiran 19

Social Support merupakan ketersediaan sumber dukungan yang dapat membantu individu dalam mengatasi permasalahan, salah satunya dalam mengatasi *Loneliness*. Menurut Russel (1996) *loneliness* merupakan perasaan subjektif dari hubungan sosial yang tidak sesuai dari apa yang diharapkan, termasuk perasaan tertekan, depresi dan lain sebagainya. Metode penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk melihat pengaruh *social support* terhadap kecenderungan *loneliness* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar. Responden berjumlah 163 mahasiswa rantau di kota Makassar. Sampel dipilih menggunakan Teknik *Purposive Sampling*, *Social Support* diungkap dengan kuesioner yang mengacu pada tiga aspek Zimet (1988), *Loneliness* diungkap dengan menggunakan alat ukur *loneliness scale version 3*. Skala *social support* memiliki nilai reliabilitas koefisien alpha (α) = 0,798 dan skala *loneliness* memiliki nilai reliabilitas koefisien alpha (α) = 0,745. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa ada pengaruh *social support* terhadap kecenderungan *loneliness* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar. Hasil penelitian ini bernilai negatif menunjukkan hubungan tidak searah. Artinya semakin tinggi *social support* yang diperoleh mahasiswa rantau, maka *loneliness* akan semakin rendah dan begitupun sebaliknya. Kontribusi *social support* terhadap *loneliness* pada mahasiswa rantau sebesar 9% dan sisanya yaitu 91% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: *Social Support*, *Loneliness*, Mahasiswa Rantau.
Daftar Pustaka, 79 (1950-2022)

ABSTRACT

Ramijaya Sangaji, C021181034, The Effect of Social Support on Loneliness in Overseas Students in Makassar City, Thesis, Faculty of Medicine, Psychology Study Program, 2023.
XIV + 96 Pages, Attachment 19

Social Support is the availability of sources of support that can help individuals overcome problems, one of which is in overcoming Loneliness. According to Russel (1996) loneliness is a subjective feeling of social relationships that do not match what is expected, including depressed feelings, depression and so on. This research method is quantitative research which aims to see the effect of social support on the tendency of loneliness in overseas students in Makassar City. Respondents totaled 163 overseas students in Makassar city. The sample was selected using Purposive Sampling Technique, Social Support was revealed by a questionnaire that refers to three aspects of Zimet (1988), Loneliness was revealed using the loneliness scale version 3. The social support scale has a reliability value of alpha coefficient (α) = 0.798 and the loneliness scale has a reliability value of alpha coefficient (α) = 0.745. Based on the results of the study, it was found that there is an influence of social support on the tendency of loneliness in overseas students in Makassar City. The results of this study are negative, indicating an unidirectional relationship. This means that the higher the social support obtained by overseas students, the lower the loneliness will be and vice versa. The contribution of social support to loneliness in overseas students is 9% and the remaining 91% is influenced by other factors not examined in this study.

Keywords: *Social Support, Loneliness, Students*
Bibliography, 79 (1950-2022)

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian	9
1.3.1 Tujuan Penelitian.....	9
1.3.2 Manfaat Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Social Support.....	11
2.1.1 Definisi <i>Social Support</i>	11
2.1.2 Tiga Perspektif Teori Terkait dengan <i>Social Support</i>	13
2.1.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Social Support</i>	13
2.1.4 Jenis-jenis <i>Social Support</i>	14
2.1.5 Aspek-aspek <i>Social Support</i>	15
2.2 <i>Loneliness</i>	18
2.2.1 Definisi <i>Loneliness</i>	18
2.2.2 Aspek-aspek <i>Loneliness</i>	20
2.2.3 Dimensi <i>Loneliness</i>	22
2.2.4 Faktor-faktor Penyebab <i>Loneliness</i>	23
2.2.5 Jenis-jenis <i>Loneliness</i>	25
2.2.6 Karakteristik Individu yang Mengalami <i>Loneliness</i>	25
2.3 Mahasiswa Rantau	26
2.3.1 Definisi Mahasiswa Rantau	26
2.3.2 Dewasa Awal.....	27
2.3.3 Perkembangan Dewasa Awal.....	27
2.4 Pengaruh <i>Social Support</i> Terhadap Kecenderungan <i>Loneliness</i>	29
2.5 Kerangka Konseptual	32
2.6 Hipotesis.....	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
3.1 Jenis Penelitin	35
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	35

3.3	Definisi Operasional Variabel.....	36
3.3.1	<i>Social Support</i>	36
3.3.2	<i>Loneliness</i>	37
3.4	Populasi dan Sampel.....	37
3.4.1	Populasi	37
3.4.2	Sampel	38
3.5	Teknik Pengumpulan Data	39
3.5.1	Skala Pengukuran <i>Social Support</i>	39
3.5.2	Skala Pengukuran <i>Loneliness</i>	40
3.6	Validitas dan Reliabilitas.....	41
3.6.1	Validitas.....	41
3.6.2	Reliabilitas.....	42
3.7	Teknik Analisis Data	43
3.7.1	Analisis Data Deskriptif.....	43
3.7.2	Uji Asumsi	43
3.8	Prosedur Kerja	45
3.8.1	Tahap Persiapan	45
3.8.2	Tahapan Pengumpulan Data.....	45
3.8.3	Tahapan Analisis Data dan Penyusunan Laporan	45
3.8.4	<i>Action Plan</i> Penelitian.....	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		47
4.1	Hasil Penelitian.....	47
4.1.1	Data Demografi Responden	47
4.1.2	Analisis Deskriptif	51
4.1.3	Uji Asumsi	60
4.1.4	Uji Hipotesis	61
4.2	Pemahasan	61
4.3	Limitasi Penelitian.....	67
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		67
5.1	Kesimpulan.....	68
5.2	Saran.....	68
5.2.1	Peneliti Selanjutnya	68
5.2.2	Mahasiswa	68
5.2.3	Bagi Institusi Pendidikan, Orang Tua dan Teman	69
DAFTAR PUSTAKA		70

DAFTAR TABEL

<i>Tabel 3. 1 Blue-Print Skala Social Support</i>	40
<i>Tabel 3. 2 Blue-Print Skala Loneliness</i>	40
<i>Tabel 3. 3 Timeline Prosedure Kerja</i>	46
<i>Tabel 4. 1 Deskriptif Statistik Skala Social Support</i>	51
<i>Tabel 4. 2 Karakteristik Penormaan Skor Social Support</i>	51
<i>Tabel 4. 3 Deskriptif Statistik Skala Variabel Loneliness</i>	55
<i>Tabel 4. 4 Karakteristik Penormaan Skor Loneliness</i>	56
<i>Tabel 4. 5 Hasil Uji Hipotesis</i>	59
<i>Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas</i>	60
<i>Tabel 4. 7 Hasil Uji Linearitas</i>	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	32
Gambar 4. 1 Data Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
Gambar 4. 2 Data Demografi Berdasarkan Usia.....	48
Gambar 4. 3 Data Responden Berdasarkan Universitas.....	49
Gambar 4. 4 Data Demografi Berdasarkan Jurusan.....	49
Gambar 4. 5 Data Demografi Berdasarkan Asal Daerah.....	50
Gambar 4. 6 Penormaan <i>Social Support</i>	52
Gambar 4. 7 Karakteristik <i>Social Support</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	52
Gambar 4. 8 Karakteristik <i>Social Support</i> Berdasarkan Usia.....	53
Gambar 4. 9 Karakteristik <i>Social Support</i> Berdasarkan Asal Daerah.....	54
Gambar 4. 10 Penormaan Skor <i>Loneliness</i>	56
Gambar 4. 11 Karakteristik <i>Loneliness</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	57
Gambar 4. 12 Karakteristik <i>Loneliness</i> Berdasarkan Universitas.....	58

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan menjadi peran penting dalam keberlangsungan hidup setiap individu, salah satunya menjadi tiang yang kokoh terhadap mahasiswa dalam jenjang perguruan tinggi untuk mengetahui perkembangan dunia. Pramitha, (2018) menyebutkan bahwa masih belum meratanya kualitas pendidikan di Indonesia menjadi salah satu alasan mahasiswa untuk merantau, hal tersebut terjadi karena mayoritas perguruan tinggi di Indonesia yang termasuk dalam kategori perguruan tinggi berkualitas masih banyak didominasi oleh perguruan tinggi di Pulau Jawa. Hal ini dapat didukung dari pernyataan yang ditulis oleh PDDikti Kemendikbud, Statistik Pendidikan Tinggi (2020) yang menyampaikan bahwa Pendidikan secara nasional di Indonesia, Jawa Barat dan Jawa Timur merupakan dua provinsi dengan jumlah perguruan tinggi terbanyak secara berurutan (Kemendikbud, 2020).

Berdasarkan data tersebut tentunya menjadi acuan mahasiswa untuk merantau demi menuntut ilmu. Mahasiswa yang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi tentunya merupakan individu yang sudah dalam tahapan fase perkembangan menuju dewasa awal. Pada tahap fase perkembangan transisi antara remaja ke dewasa awal dianggap menjadi fase yang penuh gejolak (Tanner, Arnett, & Leis, 2008). Hal ini dikarenakan individu dituntut untuk mandiri, bertanggung jawab, dan mampu mengeksplorasi diri. Pada fase transisi penuh gejolak ini dialami oleh individu sebagai masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal (Arnett, 2000). Pada fase ini seyogyanya individu mampu memiliki keterampilan dan pengetahuan tertentu serta

mengeksplorasi diri terhadap lingkungan luar, seperti pendidikan, karir, relasi antar teman, bahkan hubungan dengan lawan jenis untuk mempersiapkan diri menuju usia dewasa yang lebih matang (Tanner, Arnett, & Leis, 2008). Salah satu peran yang dijalani oleh individu pada fase ini adalah menjadi seorang mahasiswa yang tentunya memiliki banyak tanggung jawab. Apalagi menjadi mahasiswa rantau yang tentunya mengalami perubahan yang berkesinambungan dan menjadi alasan mahasiswa tersebut sukses dalam hal merantau atau tidak.

Mahasiswa merupakan individu yang sedang belajar dalam jenjang perguruan tinggi, yang dalam teori perkembangan bertepatan dengan masa dewasa awal. Menurut Santrock, (2011) usia dewasa awal berkisar pada usia 18 sampai 25 tahun, masa ini ditandai dengan kegiatan bersifat eksperimen dan eksplorasi. Kriteria dari tahap perkembangan ini yaitu, perpindahan kemampuan di antara penalaran dan pertimbangan praktis, kesadaran bahwa sebuah masalah akan selalu memiliki beberapa penyebab serta beberapa solusi, pragmatis dalam memilih solusi dari permasalahan tersebut, dan kesadaran akan konflik yang saling berkaitan (Papalia, Old, & Feldman, 2008). Tantangan besar yang dihadapi mahasiswa di masa kini adalah tuntutan kemampuan pada aspek kecerdasan intelektual (kognitif) dan keterampilan fisik (*skill*), selain itu juga harus memiliki kecerdasan emosional dan spiritual (karakter) yang kokoh (Partawibawa, Fathudin, & Widodo, 2014).

Menjadi mahasiswa yang merantau tentunya terdapat perbedaan yang ditemui mahasiswa ketika melakukan perpindahan dari satu daerah ke daerah lain seperti, kultur budaya, bahasa, kondisi tempat tinggal, serta perubahan lingkungan (Marta, 2014). Pramitha, (2018) menjelaskan bahwa mahasiswa

yang datang dari luar daerah untuk menempuh pendidikan ke tempat yang baru sebagai rantau biasanya memiliki permasalahan-permasalahan yang cenderung dihadapi seperti, beradaptasi dengan kebudayaan setempat yang baru, menghadapi sistem pendidikan yang mungkin berbeda, dan mengalami lingkungan sosial yang baru.

Ketika mahasiswa rantau tidak mampu dalam membangun *attachment*, membangun relasi sosial yang baru dengan lingkungan, menghadapi permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam hidupnya, mahasiswa merasa bahwa hubungan sosial yang sedang dijalani tidak sesuai dengan apa yang mereka harapkan, sehingga mereka merasa tidak puas dengan hubungan sosial yang ada, maka mahasiswa tersebut akan mengalami masalah atau gangguan psikologis salah satunya adalah *Loneliness* (Russell, Cutrona, Rose, & Yurko, 1984).

Menurut Rusell, (1996) *loneliness* adalah perasaan subjektif individu dikarenakan tidak adanya keekatan hubungan. Terdapat tiga aspek dari *loneliness* yakni, *personality loneliness* yaitu aspek kepribadian yang menjelaskan bahwa individu yang mengalami *loneliness* itu disebabkan oleh kepribadian mereka, *social desirability loneliness* yaitu aspek yang menjelaskan tentang terjadinya *loneliness* dikarenakan individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada lingkungannya, *depression loneliness* yaitu terjadinya *loneliness* disebabkan karena terganggunya perasaan individu seperti sedih, murung dan lain sebagainya (Rusell, 1996). Weiss mengidentifikasi enam fungsi atau kebutuhan hubungan sosial yang jika tidak mencukupi atau tidak terpenuhi maka akan berkontribusi pada perasaan *loneliness*. Kebutuhan yang dimaksud Weiss adalah *attachment* (keterikatan),

integrasi sosial, pengasuhan, kepastian nilai, rasa aliansi yang dapat diandalkan, dan bimbingan dalam situasi stress (Baumeister & Vohs, 2007).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh *Australian Psychological Society* di Inggris dan Australia pada tahun 2018, menunjukkan bahwa usia 18 sampai 25 tahun adalah usia yang paling sering mengalami kondisi *loneliness*. Menurut Qualter, Janne, Harris, & Dkk., (2015) hal ini dapat disebabkan pada rentang usia tersebut disebabkan oleh perubahan kuantitas maupun kualitas hubungan yang terjadi, seperti penurunan jumlah teman dekat, tidak diakui sebagai teman atau sahabat maupun sebagai pasangan. Hal ini didukung pula dari penelitian Nurlayli & Hidayati, (2014) yang menemukan bahwa 40 dari 50 mahasiswa yang tinggal terpisah dari keluarga merasa *loneliness*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muttaqin & Hidayati, (2022) menunjukkan bahwa tingkat *loneliness* pada mahasiswa rantau selama pandemi covid-19 cenderung muncul hanya di waktu tertentu dikarenakan ruang yang terbatas sehingga kurang intimnya hubungan sosial yang terjalin. *Loneliness* adalah ketidaknyamanan psikologis yang individu rasakan ketika hubungan sosial individu mengalami kekurangan dalam berbagai aspek penting. Kekurangan tersebut bersifat kuantitatif seperti kurangnya hubungan yang dapat dilihat dari banyaknya hubungan yang dijalin dan kekurangan yang bersifat kualitatif seperti hubungan yang tidak menyenangkan atau memutuskan, yang menekankan pada kualitas pertemanan (Taylor, Peplau, & Sears, 2009).

Hal ini sejalan dengan Nurayni & Supradewi, (2017) yang menyebutkan *loneliness* sebagai suatu kegelisahan subjektif yang dirasakan individu saat hubungan sosial yang dijalani kehilangan ciri-ciri pentingnya. *Loneliness* merupakan ketidaknyamanan psikologis yang dirasakan individu karena

mengalami masalah pada hubungan sosialnya. Mahasiswa rantau yang merasakan *loneliness* memerlukan *social support* untuk menghadapi dan mengatasi perasaan *loneliness* yang dialaminya. Rufaida & Kustanti, (2017) dalam penelitiannya menyampaikan bahwa mahasiswa rantau yang memiliki *social support* yang baik dari lingkungan selama merantau dapat menjadikan individu mampu dan menganggap dunia menjadi ramah dan menghasilkan penyesuaian diri yang baik.

Peplau & Perlman (dalam Brehm, 2002) mengatakan bahwa *loneliness* itu merupakan perasaan kekurangan dan ketidakpuasan karena adanya kesenjangan antara hubungan sosial yang diinginkan dengan hubungan sosial yang dimiliki. Pinqart & Sorensen, (2001) menyatakan *loneliness* biasa terjadi ketika seseorang memasuki lingkungan atau tempat tinggal yang baru, tidak memiliki pertemanan yang dekat atau hubungan romantis dianggap sebagai penyebab *loneliness*. Di Asia, dengan budaya kolektifnya *loneliness* diartikan sebagai penilaian seseorang terhadap kebahagiaan yang rendah (*well being*).

Ketika mahasiswa tidak mampu menghadapi fenomena *loneliness* dengan baik, maka akan berdampak pada kesehatan dan kesejahteraan psikologisnya. Hal ini dapat didukung berdasarkan pernyataan dari Williams & Braun dalam penelitiannya yang berjudul *Loneliness and Social Isolation-A Private Problem, A Public Issue*, bahwa *loneliness* dapat mengakibatkan dan membuat seseorang terisolasi secara sosial karena keinginan mereka untuk menarik diri dari lingkungan sosial sehingga koneksi dengan orang lain terputus, dan dapat terjadi sebagai akibat dari isolasi sosial ketika individu terputus dari hubungan keluarga, teman, tetangga, rekan kerja, organisasi, atau sumber interaksi sosial lainnya (Williams & Braun, 2019).

Berdasarkan hasil survey pra-penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 37 mahasiswa yang berstatus rantau di kota Makassar ditemukan ada sekitar 78,3% mahasiswa mengalami perasaan *loneliness* selama merantau, 29,7% merasa *loneliness* disebabkan karena tidak memiliki teman untuk mengobrol, 16,2% merasa *loneliness* disebabkan karena jauh dari orang tua, 24,34% merasa tidak dipedulikan dan merasa sendiri sehingga rendah diri untuk bersosialisasi. Sehingga hal ini menyebabkan mahasiswa merasa sendiri, sedih, selalu membandingkan diri sendiri dengan orang lain dan selalu merasa tidak dipedulikan oleh orang-orang sekitar, sulit beradaptasi dengan lingkungan baru dan orang baru. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dari data tambahan awal, ditemukan bahwa individu itu sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan, sulit mendapatkan teman karena tidak memiliki koneksi atau tujuan yang sama, merasa sendiri, dan memiliki perasaan sedih. Data diatas menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut mengalami *loneliness* sesuai dengan aspek-aspek yang disampaikan oleh Russel.

Berdasarkan data tersebut tidak dapat dipungkiri bahwa mahasiswa seringkali tidak produktif dalam membangun relasi hingga menimbulkan abnormalitas pada keadaan mentalnya. Mahasiswa rantau kurang dalam membangun *attachment* dan membangun relasi sosial yang matang selama merantau. Miller, Perlman, & Brehm, (2007) mengemukakan bahwa penyebab mahasiswa rantau mengalami *loneliness* (kesepian) karena interaksi dalam hubungan sosial (pertemanan, keluarga, percintaan) individu mengalami penurunan baik secara kuantitas maupun kualitas. Hal ini penting dan harus dimiliki mahasiswa dalam menghadapi *loneliness* adalah memiliki *social support* (dukungan sosial).

Mahasiswa rantau yang memiliki *social support* yang baik akan memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan dengan baik. Closky & Schaar, (1965) menyampaikan bahwa adanya hambatan dalam interaksi sosial yang dilakukan seseorang akan mengurangi arti kebahagiaan dan makna hidup individu. Sehingga individu itu akan merasakan hampa dan *loneliness*. Lebih lanjut Closky & Schaar, (1965) mengatakan bahwa kurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain merupakan situasi yang tidak menyenangkan.

Mahasiswa yang memiliki *social support* yang buruk cenderung merasa *loneliness*. Hubungan sosial sangat dibutuhkan oleh mahasiswa untuk mengurangi atau menghilangkan perasaan *loneliness*. Jones beranggapan bahwa orang yang kurang bersosialisasi dan orang yang *loneliness* akan fokus pada diri sendiri dan *non responsive*, hal tersebut memiliki efek yang merugikan bagi pembentukan dan pemeliharaan hubungan (Perlman & Peplau, 1981).

Baron & Byrne, (2004) memaparkan *social support* dapat diartikan sebagai perasaan nyaman baik secara fisik maupun psikologis atau keluarga kepada seseorang untuk menghadapi masalah. Individu yang mempunyai perasaan aman karena mendapatkan dukungan, akan lebih efektif dalam menghadapi masalah daripada individu yang mendapat penolakan dari orang lain. Sedangkan menurut Aronson, Wilson, & Akert, (2010) *social support* diartikan sebagai persepsi bahwa adanya timbal balik dari kebutuhan individu untuk menerima dan memberi respon.

Social Support dibutuhkan oleh mahasiswa rantau pada perkembangan masa dewasa awal karena pada mahasiswa rantau terjadi perubahan yang sangat signifikan sehingga membutuhkan dukungan besar untuk membantu arah transisi dengan sukses. Mahasiswa yang merantau mengalami perubahan

yang signifikan seperti mulai memenuhi kebutuhan pribadi, mulai mencoba hidup mandiri dengan tidak bergantung pada orang tua, mulai menjalani kehidupan sehari-hari di lingkungan yang baru dan lain sebagainya. Orang tua, teman, maupun orang terdekat lainnya yang memberikan kemandirian dan dukungan secara seimbang dapat mendorong individu dalam hal eksplorasi dan pengembangan identitas (Luyckx, Soenens, Vansteenkiste, & Goossens, 2007).

Zimet Dkk, (1988) memaparkan bahwa ada tiga aspek *social support* yaitu pertama *family support* merupakan dukungan atau bantuan yang dapat diberikan berupa bantuan dalam mengambil suatu keputusan maupun kebutuhan secara emosional. Kedua, *friend support* kemampuan dalam bantuan yang dirasakan individu dari teman-teman. Bantuan yang diberikan seperti membantu dalam aktivitas sehari-hari dan bantuan dalam bentuk lainnya. Ketiga, *significant other support* dukungan dari orang terdekat merupakan bantuan yang diberikan seseorang yang sangat berarti dalam kehidupan individu. Dukungan atau bantuan yang dapat diberikan berupa membuat individu merasakan kenyamanan dan merasa dihargai. *Social support* dapat meringankan tekanan psikologis individu, meningkatkan kesehatan emosional, dan mengatur emosi negatif tentunya dibutuhkan individu dalam menghadapi masa dewasa awal sebagai episode yang terasa lebih sulit, stress, tidak stabil, memicu kecemasan, menyebabkan perasaan tidak berdaya dan *panic* (Robins & Wilner, 2001).

Individu yang menerima *social support* memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai dan bernilai, maka hal tersebut memengaruhi cara individu dalam menghadapi kecemasan dan perasaan *loneliness* dalam menjalani kehidupan walaupun pada masa sulit. Setiawan, (2013) menyampaikan bahwa

loneliness dapat mengancam perasaan nilai pribadi dan merusak kepercayaan pada kemampuan untuk mengembangkan dan memelihara hubungan interpersonal. Namun jika hubungan interpersonal dapat terpelihara dan dapat memuaskan individu, maka akan mendorong individu untuk menjalin hubungan yang bersifat timbal balik yang kemudian membuat individu percaya bahwa orang lain akan memberikan dukungan.

Belum ada penelitian terdahulu yang secara spesifik mendeskripsikan terkait pengaruh *social support* terhadap kecenderungan *loneliness*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji terkait pengaruh *social support* terhadap kecenderungan *loneliness* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar. Penelitian ini seyogyanya dapat menjadi solusi untuk mahasiswa rantau dalam menghadapi fenomena *loneliness* sebagai persoalan serius.

1.2 Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah yang dipaparkan, maka rumusan masalah yang muncul yaitu apakah terdapat pengaruh *social support* terhadap kecenderungan *loneliness* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar?

1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

1.3.1 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *social support* terhadap kecenderungan *loneliness* pada mahasiswa rantau di Kota Makassar?

1.3.2 Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis berupa:

a. Manfaat teoritis

1. Menambah wawasan baru bagi mahasiswa terkait tahapan perkembangan pada dewasa awal melalui *social support* dalam menghadapi *loneliness*.
2. Memberikan pemahaman yang bermanfaat terhadap pengembangan ilmu psikologi khususnya di bidang pendidikan dan perkembangan.
3. Menjadi referensi maupun data tambahan bagi penelitian terkait *loneliness* dan *social support* di masa mendatang.

b. Manfaat praktis

1. Penelitian ini diharapkan secara praktis bermanfaat dalam memberikan informasi dan pemahaman kepada mahasiswa.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi Universitas untuk menaungi mahasiswa yang memiliki resiko tinggi terhadap ancaman psikologis melalui pembinaan yang dilakukan menggunakan pendekatan *social support* sebagai bekal menghadapi setiap tugas dalam tahapannya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Social Support

2.1.1 Definisi Social Support

Secara umum *social support* mengacu pada berbagai cara dimensi individu membantu orang lain. *Social support* telah didokumentasikan sebagai memainkan peran penting dan positif dalam kesehatan dan kesejahteraan individu (Baumeister & Vohs, 2007). Matsumoto, (2009) memaparkan bahwa *social support* memberikan bantuan atau dukungan emosional kepada orang lain terutama dalam situasi stress. Hal ini melibatkan bukan hanya membangun hubungan baik dengan seseorang dalam situasi stress tetapi mungkin termasuk pemberian perlindungan atau dukungan materi atau bentuk lain yang meninggalkan penerima atau seseorang yang menerima *social support* merasa koneksi, memiliki, dan dihargai oleh orang lain. *Social support* merupakan ketersediaan sumber dukungan yang berasal dari orang terdekat yaitu keluarga, teman, dan orang penting lainnya yang dapat meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi stress (Zimet, Dahlem, Zimet, & Karle, 1988).

Smet, (1994) menjelaskan bahwa *social support* merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, dan ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Ikatan dan persahabatan dengan orang lain dianggap sebagai aspek yang memberikan kepuasan secara emosional dalam kehidupan individu. Saat seseorang didukung oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. *Social support* menunjukkan pada

hubungan interpersonal yang melindungi individu terhadap konsekuensi negatif dari stres. *Social support* yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten. *Social support* merupakan sebuah proses individu menerima bantuan baik secara emosional maupun bantuan yang berasal dari luar dalam mengatasi tekanan yang dirasakan oleh diri sendiri (Baron & Branscombe, 2012).

Social support atau yang biasa disebut sebagai dukungan sosial adalah tersedianya orang lain atau kelompok yang memberikan rasa nyaman, perhatian, dan penghargaan ataupun menawarkan bantuan terhadap individu. Dukungan ini berasal dari berbagai sumber, yaitu pasangan lawan jenis, keluarga, teman, tetangga, dan lain sebagainya (Sarafino, 1994). *Social support* biasanya didefinisikan sebagai adanya keberadaan atau ketersediaan orang lain yang dapat diandalkan, yang menunjukkan rasa cinta serta kepedulian terhadap nilai yang dianut oleh individu (Sarason, Levine, & Basham, 1983). Sarafino, (2006) menyatakan bahwa *social support* merupakan suatu perasaan yang dirasakan individu sebagai bentuk dari perhatian, penghargaan atau pertolongan yang diterima dari orang lain ataupun dari kelompok. Sedangkan menurut Aronson, Wilson, & Akert, (2010) *social support* diartikan sebagai persepsi bahwa adanya timbal balik dari kebutuhan individu untuk menerima dan memberi respon.

Berdasarkan definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *social support* merupakan keadaan dimana adanya pemberian dukungan dari orang lain baik dukungan emosional, informasi, maupun dukungan nyata yang dapat menjadikan individu merasa aman, dan memiliki kelekatan yang baik dan berfungsi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis individu serta untuk

meningkatkan persepsi kontrol pribadi yang positif dalam menjalani hidupnya.

2.1.2 Tiga Perspektif Teori Terkait dengan *Social Support*

Lakey & Cohen, (2000) memaparkan tiga perspektif teori terkait dengan *social support* yaitu, antara lain:

- a. Perspektif stress dan coping, perspektif stress dan coping mengusulkan bahwa dukungan kontribusi terhadap kesehatan dengan melindungi orang dari efek buruk stress.
- b. Perspektif konstruksionis sosial, Perspektif konstruksionis sosial mengusulkan bahwa dukungan secara langsung memengaruhi kesehatan dengan mempromosikan harga diri dan pengaturan diri, terlepas dari adanya stress.
- c. Perspektif hubungan, Perspektif hubungan memprediksi bahwa efek kesehatan dari dukungan sosial tidak dapat dipisahkan dari proses hubungan yang sering terjadi bersamaan dengan dukungan, seperti persahabatan, keintiman, dan konflik sosial yang rendah.

2.1.3 Faktor yang Memengaruhi *Social Support*

Sarafino & Smith, (2011) memaparkan bahwa tidak semua individu mendapatkan *social support* dari orang-orang disekitarnya. Ada beberapa faktor yang menentukan seseorang menerima *social support*, antara lain:

- a. *Recipients* (Penerima Dukungan)

Seseorang akan memperoleh dukungan sosial jika dia juga melakukan hal-hal yang dapat memicu orang lain untuk memberikan dukungan sosial terhadap dirinya. Hal ini berarti bahwa individu harus memiliki

proses sosialisasi yang baik dengan lingkungannya, termasuk didalamnya membantu orang lain yang butuh pertolongan atau dukungan.

b. *Providers* (Penyedia Dukungan)

Providers yang dimaksud mengacu pada orang-orang terdekat individu yang dapat diharapkan menjadi sumber dukungan sosial.

c. Komposisi dan struktur jaringan sosial

Hubungan yang dimiliki individu dengan orang-orang disekitarnya, baik itu keluarga maupun lingkungan ia tinggal. Hubungan ini dapat dilihat dalam ukuran (jumlah orang yang sering berhubungan dengan individu), frekuensi hubungan (seberapa sering individu bertemu dengan orang-orang tersebut), komposisi (apakah orang-orang tersebut merupakan anggota keluarga, teman, rekan kerja dan sebagainya), dan intimasi (kedekatan hubungan individu dan kepercayaan satu sama lain).

2.1.4 Jenis-jenis *Social Support*

Sarafino & Smith, (2011) membagi *social support* ke dalam 3 jenis, yaitu:

a. *Emotional or esteem support* (Dukungan emosional atau harga diri), merupakan jenis dukungan sosial emosional atau penghargaan yang menyampaikan dalam bentuk empati, kepedulian, perhatian, penghargaan positif, serta dorongan terhadap individu lain. Hal tersebut dapat memberikan individu kenyamanan dan kepastian dengan rasa memiliki serta dicintai ketika berada di bawah tekanan.

b. *Tangible or instrumental support* (Dukungan nyata atau instrumental),

merupakan jenis yang melibatkan bantuan secara langsung, seperti memberi atau meminjamkan uang kepada orang lain ketika sedang merasakan sebuah kesulitan secara finansial.

- c. *Informational support* (Dukungan informasi), merupakan jenis dukungan dengan memberikan saran, arahan, atau umpan balik kepada orang lain yang sedang mengalami sebuah masalah serta memberikan cara-cara yang efektif dalam membantu menyelesaikan masalah tersebut.

2.1.5 Aspek-aspek *Social Support*

Menurut House & Khan, (1985) Smet, (1994) memaparkan bahwa ada empat aspek *social support* yaitu:

1. *Emotional Support*

Aspek ini melibatkan kekuatan jasmani dan keinginan untuk percaya pada orang lain sehingga individu menjadi yakin bahwa orang lain mampu memberikan cinta dan kasih sayang kepadanya.

2. *Instrumental Support*

Aspek ini meliputi penyediaan sarana untuk mempermudah atau menolong orang lain contohnya peralatan, perlengkapan, dan sarana pendukung dan memberikan waktu luang.

3. *Informative Support*

Aspek ini berupa pemberian informasi untuk mengatasi masalah pribadi. Aspek *informative* terdiri pemberian nasihat, pengarahan, dan keterangan lain yang dibutuhkan oleh individu.

4. *Appraisal Support*

Penilaian terhadap individu dengan pemberian penghargaan atau

penilaian yang mendukung pekerjaan, prestasi, dan perilaku individu dalam peranan sosial, memberikan *feedback* dan perbandingan sosial.

Berdasarkan Weiss (dalam Cutrona & Russell, 1987) terdapat enam aspek dalam *social support*, yaitu sebagai berikut:

a. *Guidance*

Aspek berupa saran atau informasi yang berkaitan dengan hubungan sosial, dimana individu memperoleh sebuah saran, informasi, atau nasehat untuk mengatasi permasalahan yang sedang dihadapi.

b. *Reliable alliance*

Aspek berupa perasaan, keyakinan, atau perkiraan individu akan adanya individu lain yang dapat diandalkan dan membantunya dalam menyelesaikan masalah, seperti keluarga, guru, atau teman yang akan menolong ketika berada dalam sebuah kesulitan.

c. *Reassurance of worth*

Aspek yang memungkinkan individu untuk mendapatkan pengakuan atau penghargaan dari orang lain terhadap kemampuan, keterampilan atau bakat yang dimilikinya.

d. *Opportunity for nurturance*

Aspek yang berkaitan dengan perasaan bahwa terdapat orang lain yang bergantung pada dirinya dan hubungan interpersonal yang memunculkan perasaan akan dibutuhkan oleh orang lain.

e. *Attachment*

Aspek yang memungkinkan individu merasakan kelekatan akan emosional kepada orang lain yang memberikan rasa aman sehingga menimbulkan perasaan yang aman pula.

f. *Social integration*

Aspek yang memungkinkan individu dalam memperoleh perasaan bagian dari sebuah kelompok yang memiliki minat, kepedulian, dan aktivitas rekreasional yang serupa, serta dapat menghilangkan perasaan cemas meskipun hanya sesaat.

Sarason et.al.,(1983) mengemukakan dua aspek *social support* sebagai berikut:

- a. *Perceived social support* berdasarkan pada ketersediaan sejumlah orang yang dapat diandalkan ketika individu yang bersangkutan sedang membutuhkan dukungan. Aspek ini merupakan pendekatan berdasarkan jumlah dukungan yang tersedia bagi individu.
- b. *Perceived social support* berdasarkan derajat atau tingkat kepuasan individu terhadap dukungan yang tersedia bagi individu yang bersangkutan. Aspek ini merupakan pendekatan berdasarkan persepsi kepuasan individu terhadap *social support* yang tersedia.

Zimet dkk, (1988) menilai persepsi *social support* (dukungan sosial) dari tiga sumber spesifik, yaitu:

1. Dukungan Keluarga (*Family Support*)

Dukungan dari keluarga merupakan bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada individu. Dukungan atau bantuan yang dapat diberikan berupa bantuan dalam mengambil suatu keputusan maupun kebutuhan secara emosional.

2. Dukungan teman (*Friend Support*)

Dukungan dari teman merupakan bantuan yang dirasakan individu dari teman-teman. Bantuan yang diberikan seperti membantu dalam aktivitas

sehari-hari dan bantuan dalam bentuk lainnya.

3. Dukungan orang terdekat (*Significant Other Support*)

Dukungan dari orang terdekat merupakan bantuan yang diberikan seseorang yang sangat berarti dalam kehidupan individu. Dukungan atau bantuan yang dapat diberikan berupa membuat individu merasakan kenyamanan dan merasa dihargai.

Berdasarkan empat temuan aspek *social support* diatas, aspek *social support* yang digunakan dalam penelitian yaitu aspek yang dipaparkan oleh Zimet dkk, (1988). Terdiri dari, *family support, friend support, significant other support*.

2.2 Loneliness

2.2.1 Definisi Loneliness

Awal mula munculnya teori "*loneliness*" disebabkan oleh teori keterikatan (*attachment*) John Bowlby yang menekankan pentingnya ikatan keterikatan yang baik antara bayi dan pengasuh. Dari perspektif ini, *loneliness* adalah hasil dari pola keterikatan yang tidak aman yang menyebabkan anak berperilaku sedemikian rupa sehingga ditolak teman sebayanya. Sehingga pengalaman penolakan menghambat pengembangan keterampilan sosial dan meningkatkan ketidakpercayaan terhadap orang lain, sehingga mendorong seseorang mengalami *loneliness* yang berkelanjutan (Baumeister & Vohs, 2007). Teori Keterikatan (*attachment*) membentuk dasar bagi teori psikologis *loneliness* yang berpengaruh dan dikembangkan oleh Robert S Weiss. Weiss mengidentifikasi enam fungsi atau kebutuhan hubungan sosial yang jika tidak mencukupi atau tidak terpenuhi maka akan berkontribusi pada perasaan

loneliness. Kebutuhan yang dimaksud Weiss adalah *attachment* (keterikatan), integrasi sosial, pengasuhan, kepastian nilai, rasa aliansi yang dapat diandalkan, dan bimbingan dalam situasi stress (Baumeister & Vohs, 2007).

Rusell, (1996) memaparkan bahwa *loneliness* adalah perasaan subjektif individu dikarenakan tidak adanya keekatan hubungan. Kondisi tersebut dapat berupa keadaan sementara individu yang disebabkan oleh perubahan drastis dalam kehidupan sosial individu. Kesepian emosional disebabkan karena kegagalan menjalin kelekatan dalam hubungan dan kegagalan untuk berintegrasi secara sosial. *Loneliness* didefinisikan sebagai pengalaman menyedihkan yang terjadi ketika hubungan sosial seseorang dianggap kurang dalam kuantitas dan kualitas seperti yang diinginkan. Sendirian dan mengalami *loneliness* bukanlah hal yang sama. Orang bisa sendiri tanpa merasa *loneliness* dan bisa merasa *loneliness* bahkan saat bersama orang lain. *Loneliness* dikaitkan dengan gejala depresi, dukungan sosial yang buruk, *neuroticism*, dan *introversi*. *Loneliness* menempatkan orang pada resiko penyakit mental dan fisik dan dapat berkontribusi pada rentang hidup yang lebih pendek (Baumeister & Vohs, 2007).

Loneliness adalah ketidaknyamanan psikologis yang individu rasakan ketika hubungan sosial individu mengalami kekurangan dalam beberapa aspek penting. Kekurangan tersebut bersifat kuantitatif seperti kurangnya hubungan yang dapat dilihat dari banyaknya hubungan yang dijalin dan kekurangan yang bersifat kualitatif seperti hubungan yang tidak menyenangkan atau memuaskan, yang menekankan pada kualitas pertemanan (Taylor, Peplau, & Sears, 2009). McCourt & Fitzpatrick, (2001) memaparkan *loneliness* adalah pengalaman subjektif individu akan perasaan kehilangan dan isolasi, yang ditandai dengan

adanya kesenjangan antara apa yang diinginkan dengan apa yang dirasakan individu dalam hubungan personalnya.

Berdasarkan definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *loneliness* merupakan suatu keadaan perasaan subjektif yang muncul pada diri individu ketika individu gagal dalam membangun hubungan sosial sehingga individu akan merasa terisolasi, tertekan, merasa menyedihkan, merasa jauh dari hubungan sosial, dan sedih. Individu juga akan merasa gagal terhadap apa yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan yang terjadi sehingga akan berdampak pada munculnya perasaan *loneliness*.

2.2.2 Aspek-aspek *Loneliness*

Menurut Russel, (1996) terdapat tiga aspek *loneliness* antara lain:

- a. *Personality loneliness*, aspek kepribadian ini merupakan suatu kesatuan dari sistem-sistem psikofisik yang menentukan karakteristik perilaku dan cara berpikir individu. Dalam aspek ini menjelaskan adanya pola yang lebih stabil pada *loneliness* yang dialami oleh individu dan hal ini terkadang berubah dalam situasi tertentu, atau dengan kata lain menjelaskan bahwa individu yang mengalami *loneliness* dapat disebabkan oleh kepribadian mereka.
- b. *Social desirability loneliness*, aspek ini menjelaskan tentang bagaimana terjadinya *loneliness* yang dikarenakan individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada lingkungannya.
- c. *Depression loneliness*, menjelaskan bahwa terjadinya *loneliness* disebabkan karena terganggunya perasaan individu seperti sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga, dan adanya

ketakutan pada kegagalan yang dirasakan oleh individu.

Peplau dan Perlman, (1982) (dalam Andromeda & Kristant, 2017) membagi aspek-aspek *loneliness* menjadi tiga pendekatan adalah sebagai berikut:

a. *Need for intimacy*

Kebutuhan akan keintiman atau *intimacy* adalah sesuatu yang universal dan sudah menetap pada diri manusia sepanjang hidupnya sehingga apabila kebutuhan ini tidak terpenuhi, maka rasa *loneliness* akan muncul.

b. *Cognitive Process*

Persepsi dan evaluasi individu mengenai hubungan sosialnya dikatakan pula bahwa *loneliness* akibat dari ketidakpuasan yang dirasakan individu mengenai sebuah hubungan sosial.

c. *Social Reinforcement*

Hubungan sosial adalah suatu *reinforcement* (penguatan), dimana bila interaksi sosial itu kurang menyenangkan, maka akan menjadikan individu menjadi *loneliness*.

Berdasarkan dua temuan aspek *loneliness* diatas, aspek *loneliness* yang digunakan dalam penelitian yaitu aspek yang dipaparkan oleh Rusell, (1996). Terdiri dari, *personality loneliness*, *social desirability loneliness*, *depression loneliness*.

2.2.3 Dimensi *Loneliness*

Austin, (1983) menjelaskan bahwa terdapat tiga dimensi *loneliness*, yaitu:

1. *Intimate Others*, merupakan perasaan individu bahwa dirinya memiliki jarak dengan orang-orang terdekat atau merasa kehilangan orang-orang yang berarti dalam hidupnya.
2. *Social Others*, merupakan perasaan individu bahwa dirinya tidak memiliki jaringan sosial sehingga tidak ada orang yang dapat menjadi tempat baginya untuk menjalin hubungan sosial.
3. *Belonging and Affiliation*, individu merasa tidak ada hubungan yang dapat ia jalin dengan orang lain.

Adapun dimensi-dimensi *loneliness* menurut De Jong-Gierveld (dalam Dayakisini & Hudaniyah, 2009):

- a. Karakteristik emosi, adalah apabila positif maka individu akan merasa unik, dicintai, bermanfaat, kuat, bahagia, dan bernilai. Sedangkan apabila negatif maka individu akan merasa tidak pasti, takut, sedih, merasa gagal, tak memiliki tujuan dan kekurangan umpan balik.
- b. Keterpisahan sosial, individu merasa kehilangan orang terdekat seperti teman dan sahabat. Individu yang merasakan kekosongan seperti kehilangan perkumpulan baik di sekitar individu, memiliki perasaan ditinggalkan seperti merasa tidak ada seorangpun yang benar-benar memperhatikan individu.
- c. Perspektif waktu, adalah individu merasa tidak memiliki harapan atau *hopelessness*, individu merasa *loneliness* menerap atau berlangsung lama dan individu menyalahkan orang lain karena merasa tidak ada

seorangpun yang dapat membebaskan individu dari rasa *loneliness*.

2.2.4 Faktor-faktor Penyebab *Loneliness*

Miller, Perlman, & Brehm, (2007) menjelaskan terdapat empat faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami *loneliness* yaitu:

1. Kekurangan dalam hubungan yang dimiliki individu

Hubungan seseorang yang tidak kuat akan menyebabkan seseorang tidak puas akan hubungan yang dimiliki. Ada banyak hal yang menyebabkan seseorang merasa *loneliness* yaitu, keadaan tidak terikat, pengasingan, keadaan sendiri, terisolasi, dan berpindah tempat. Hal ini menjangkau cakupan yang luas, beberapa diantaranya termasuk pada situasi alami dan sebagainya mungkin termasuk dalam karakteristik individu yang mengalami *loneliness*.

2. Perubahan yang diinginkan dari suatu hubungan

Loneliness dapat terjadi karena hubungan yang diharapkan individu mengalami perubahan, namun pada kenyataannya usia tentu ada keinginan akan perubahan dalam hubungan tidak terjadi perubahan. Seiring bertambahnya usia tentu ada keinginan akan perubahan dalam hubungan, ketika hal tersebut tidak terjadi maka dapat menyebabkan *loneliness*.

3. Atribusi Kausal

Pada saat seseorang menjadi *lonely*, atribusi seseorang terhadap tekanan dapat memperkirakan berapa lama seseorang tersebut menjadi *lonely*. Perasaan *lonely* disebabkan oleh atribusi dengan penyebab seimbang akan menyebabkan *lonely* yang berkepanjangan. Sebaliknya

jika atribusi dengan penyebab yang tidak seimbang dapat menyebabkan *lonely* secara temporer saja.

4. Perilaku interpersonal

Seseorang yang mengalami *loneliness* cenderung memiliki *self-esteem* yang rendah, memiliki sikap yang *negative* kepada orang lain dan kurang dalam kemampuan sosial. Perilaku interpersonal yang pasif dan tidak *responsive* dapat mengganggu bagi orang lain sehingga memunculkan penolakan sosial yang dapat membuat *loneliness*.

Menurut Brehm (dalam Andromeda & Kristant, 2017) terdapat empat hal yang dapat menyebabkan individu mengalami *loneliness*, yaitu,

- a. Ketidakpuasan dalam hubungan yang dimiliki individu
- b. Terjadi perubahan apa yang diinginkan individu dari suatu hubungan
- c. Harga diri (*self-esteem*)
- d. Perilaku interpersonal

Menurut Baron & Byrne, (2005) penyebab *loneliness* yang dialami oleh individu yaitu karena:

- a. Kurangnya timbal balik dalam hubungan,
- b. Perpindahan ke lokasi yang baru,
- c. Kegagalan dalam membangun pertemanan hingga gaya kelekatan,
- d. Hubungan dalam keluarga yang tidak dekat, serta
- e. Kegagalan untuk membangun keterampilan sosial

2.2.5 Jenis-jenis *Loneliness*

Weiss (dalam Taylor, Peplau, & Sears, 2009) membagi *loneliness* menjadi dua tipe, yaitu:

1. *Emotional Loneliness*, adalah *loneliness* yang disebabkan karena tidak ada atau kurangnya kelekatan intim pada suatu hubungan dengan orang lain seperti anak-anak dengan orang tuanya, individu dengan pasangannya, atau individu dengan teman dekat.
2. *Social Loneliness*, yaitu *loneliness* yang disebabkan karena individu mengalami perasaan kurang dalam keterlibatan sosial atau integrasi yang diperoleh dari teman atau teman kerja.

2.2.6 Karakteristik Individu yang Mengalami *Loneliness*

Baumeister & Vohs, (2007) memaparkan perspektif teoritis lain menyatakan bahwa *loneliness* dicirikan oleh ciri-ciri kepribadian yang terikat dan berkontribusi pada pola perilaku interpersonal yang berbahaya

1. Individu yang mengalami *loneliness* cenderung memiliki kecemasan sosial
2. Mengalami hambatan sosial, individu biasanya memiliki rasa malu
3. Mengalami kesedihan
4. Merasa ketidakpercayaan
5. Merasa memiliki banyak musuh
6. Harga diri yang rendah

2.3 Mahasiswa Rantau

2.3.1 Definisi Mahasiswa Rantau

Menurut kamus Bahasa Indonesia, Mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di Perguruan Tinggi (KBBI, 2008). Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip saling melengkapi (Papilaya & Huliselan, 2016).

Mahasiswa rantau ialah individu yang menempuh pendidikan dengan merantau. Mahasiswa rantau tentunya meninggalkan kampung halaman dengan menjalani kehidupan sendiri tanpa ada keluarga dan menghadapi situasi dan kondisi apapun yang terjadi dalam hidupnya (Fauzia, Asmaran, & Komalasari, 2020).

Santrock, (2008) menyatakan bahwa mahasiswa rantau adalah individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri dalam pencapaian suatu keahlian jenjang perguruan tinggi. Santrock, (2008) mengungkapkan fenomena mahasiswa rantau melalui proses peningkatan kualitas pendidikan, serta sebagai wujud usaha membuktikan kualitas diri sebagai orang dewasa yang mandiri dan bertanggung jawab dalam membuat keputusan. Proses beradaptasi dari tantangan menjadi ciri khas bagi mahasiswa rantau yang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi.

2.3.2 Dewasa Awal

Istilah *adulth* berasal dari kata lain *adolescene* yang berarti tumbuh menjadi dewasa. Namun *adult* berasal dari kata *adultus* dalam bentuk lampau yang berarti telah tumbuh menjadi dewasa dengan pertumbuhan dan ukuran yang sempurna. Sehingga dewasa dapat didefinisikan sebagai individu yang telah mencapai penyelesaian dalam pertumbuhannya dan mampu menerima kedudukannya di masyarakat bersama individu lainnya (Hurlock, 2014). Menurut Santrock, (2002) masa dewasa awal merupakan periode transisi individu antara masa remaja ke masa dewasa awal yang ditandai pada usia 18-25 tahun, masa ini ditandai dengan kegiatan bersifat eksperimen dan eksplorasi. Pada fase ini terdapat dua kriteria yang menunjukkan akhir masa muda (remaja) dan permulaan dari masa dewasa awal yaitu kemandirian ekonomi dan kemandirian dalam membuat keputusan. Sehingga pada fase ini, penting bagi individu untuk dapat memenuhi tuntutan karir dan menyesuaikan diri dengan peran yang baru.

2.3.3 Perkembangan Dewasa Awal

2.3.3.1 Perkembangan Kognitif

Individu yang telah memasuki masa dewasa awal akan mengalami perkembangan kognitif yang dimana kognisi mereka akan menjadi lebih luas dari sebelumnya. Dalam Papalia, Olds, & Feldman, (2009) menjelaskan bahwa individu yang telah memasuki masa dewasa awal berada pada tahap perkembangan *postformal thought* (pemikiran pasca formal) yakni kognisi yang mengkombinasikan emosi, logika, dan pengalaman nyata dalam menyelesaikan masalah. *Postformal thought* melibatkan kognisi individu untuk berpikir matang,

bergantung pada pengalaman subjektif dalam menghadapi situasi yang ambigu, tidak pasti, tidak konsisten maupun tidak sempurna dalam hidupnya (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Santrock, (2002) menjelaskan mengenai beberapa ahli yang percaya bahwa pada masa dewasa awal merupakan fase berpikir operasional formal. Pada tahap ini dapat membuat individu mampu untuk merencanakan dan membuat hipotesis terhadap permasalahan yang dihadapi.

2.3.3.2 Perkembangan Sosio-emosional

Erikson, (1950) menjelaskan bahwa pada masa perkembangan usia dewasa awal, individu akan berada pada tahapan *intimacy vs isolation* yang merupakan tahap ke-enam dari perkembangan psikososial. Pada tahap ini, seseorang akan menjadi lebih selektif dalam membina suatu hubungan. Menurut Erick Erikson (dalam Alwisol, 2014) keintiman merupakan kemampuan seseorang menyatukan identitasnya dengan identitas orang lain tanpa ada perasaan takut akan kehilangan jati dirinya. Individu dikatakan telah mencapai keintiman (*intimacy*) apabila ia telah memiliki ego yang stabil, sehingga pada akhirnya dapat menemukan nilai-nilai positif dalam hidupnya. Nilai-nilai positif dalam hidup adalah cinta, cinta pada seseorang, cinta untuk orang tua, teman, dan lain-lain. Menurut Erikson dalam Alwisol (2014), isolasi adalah ketidakmampuan seseorang dalam bekerja sama dengan orang lain. Ini terjadi karena pada tahap-tahap sebelumnya, ia mengalami kegagalan yang mengakibatkan kesulitan baginya dalam membangun hubungan dengan orang lain serta ketidakmampuan ia dalam mengantisipasi tahap perkembangan selanjutnya.

Pada tahap dewasa awal pula seyogyanya individu telah memiliki

kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) yang membuat individu dewasa awal itu telah mampu untuk memahami dan mengatur emosinya dalam berperilaku (Goleman, 2001). Papalia, Olds, & Feldman, (2009) mengemukakan emosi dapat memengaruhi seberapa efektif seseorang menggunakan pikirannya untuk menghadapi tantangan yang akan menjadikannya berhasil atau gagal dikemudian hari. Goleman, (2001) mengemukakan pada masa dewasa awal emosi memegang peranan sangat penting terhadap berbagai situasi yang dihadapi oleh individu, emosi individu dewasa awal cukup memberikan kontribusi terhadap performa afektif pada pendidikan dan pekerjaan. Pengelolaan emosi yang baik juga dapat menjadi indikator bagi individu akan memiliki integritas yang baik atau tidak, hal ini berpusat pada kematangan psikologi individu dalam mengelola emosi tersebut (Goleman, 2001). Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan sosio-emosi dewasa awal juga merupakan hal penting yang dapat memengaruhi individu dalam bertindak terhadap situasi dan kondisi lingkungannya serta mampu menghadapi masalah yang dialami dalam kehidupan.

2.4 Pengaruh *Social Support* Terhadap Kecenderungan *Loneliness*

Menurut Santrock, (2011) usia dewasa awal berkisar pada usia 18 sampai 25 tahun, masa ini ditandai dengan kegiatan bersifat eksperimen dan eksplorasi. Tugas perkembangan pada masa dewasa awal membangun *intimacy vs isolation* artinya pada tahap dewasa awal, individu di tugaskan untuk menjalin relasi sosial yang bersifat intimasi. Pada tahap perkembangan ini seseorang akan mencoba membangun relasi sosial yang baik, sehat dan mendapatkan intimasi. Namun, jika intimasi tersebut tidak didapatkan dengan

baik, maka akan timbulnya perasaan terisolasi atau terkucilkan. Dalam menjalin relasi sosial seringkali tidak berjalan dengan baik, adanya gangguan atau hambatan dalam interaksi sosial yang dilakukan seseorang akan mengurangi arti atau sebuah kebermaknaan. Pada mahasiswa rantau hal tersebut juga tidak terlepas pada mahasiswa rantau, apalagi pada mahasiswa rantau telah ada pada tahap perkembangan dewasa awal yang membutuhkan hubungan relasi yang bersifat intimasi atau hubungan yang bersifat membangun sangat dibutuhkan oleh mahasiswa rantau untuk menunjang kegiatannya secara produktif khususnya pada bidang akademiknya.

Menjadi mahasiswa rantau tentunya terdapat perbedaan yang ditemui mahasiswa ketika melakukan perpindahan dari satu daerah ke daerah lain seperti, kultur budaya, bahasa, kondisi tempat tinggal, serta perubahan lingkungan (Marta, 2014). Pramitha, (2018) menjelaskan bahwa mahasiswa yang datang dari luar daerah untuk menempuh pendidikan ke tempat yang baru sebagai rantau biasanya memiliki permasalahan-permasalahan yang cenderung dihadapi seperti, beradaptasi dengan kebudayaan setempat yang baru, menghadapi sistem pendidikan yang mungkin berbeda, dan mengalami lingkungan sosial yang baru.

Ketika mahasiswa rantau tidak mampu dalam membangun *attachment*, membangun relasi sosial yang baru dengan lingkungan, menghadapi permasalahan-permasalahan yang terjadi dalam hidupnya, mahasiswa merasa bahwa hubungan sosial yang sedang dijalani tidak sesuai dengan apa yang mereka harapkan, sehingga mereka merasa tidak puas dengan hubungan sosial yang ada, maka mahasiswa tersebut akan mengalami masalah atau gangguan psikologis salah satunya adalah *Loneliness* (Russell, Cutrona, Rose,

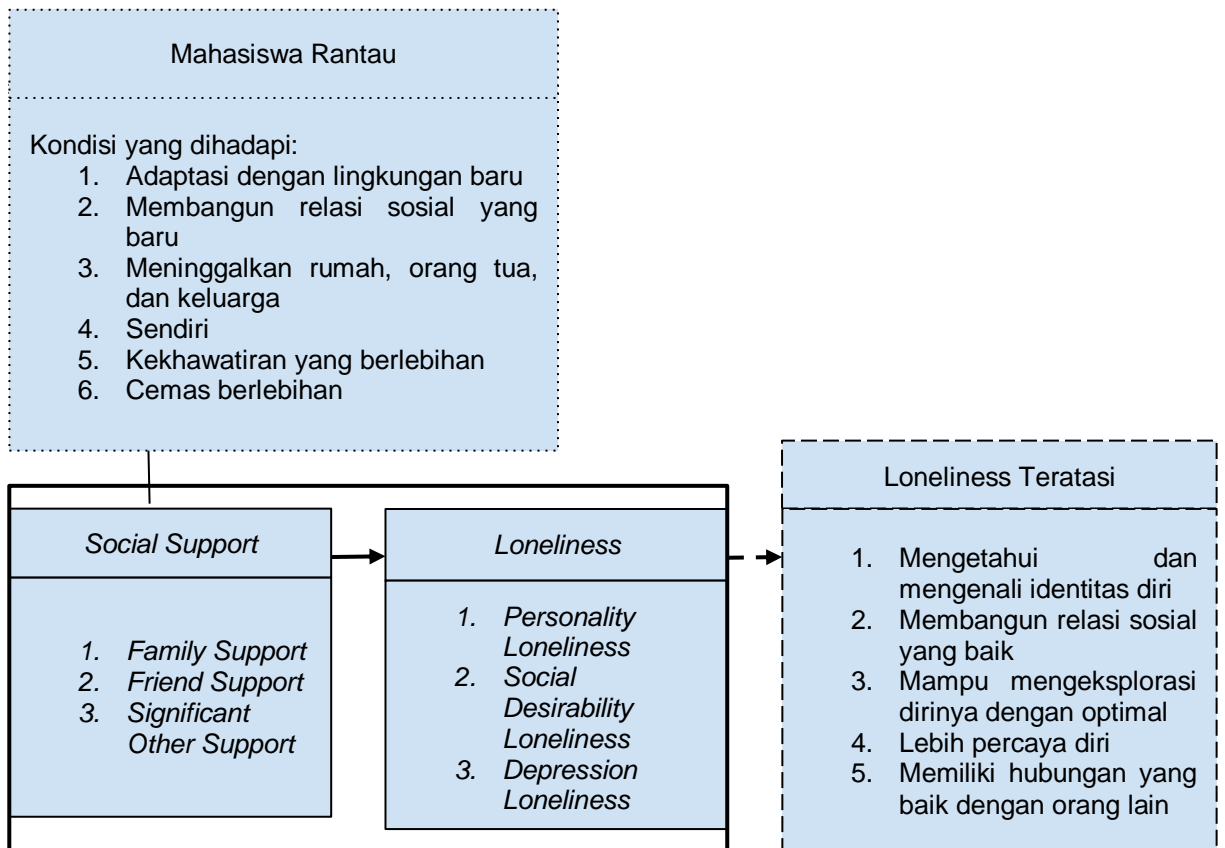
& Yurko, 1984).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh *Australian Psychological Society* di Inggris dan Australia pada tahun 2018, menunjukkan bahwa usia 18 sampai 25 tahun adalah usia yang paling sering mengalami kondisi *loneliness*. Menurut Qualter, Janne, Harris, & Dkk., (2015) hal ini dapat disebabkan pada rentang usia tersebut disebabkan oleh perubahan kuantitas maupun kualitas hubungan yang terjadi, seperti penurunan jumlah teman dekat, tidak diakui sebagai teman atau sahabat maupun sebagai pasangan. Hal ini penting dan harus dimiliki mahasiswa dalam menghadapi *loneliness* adalah memiliki *social support* (dukungan sosial).

Mahasiswa rantau yang memiliki *social support* yang baik akan memiliki kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan dengan baik. Closky & Schaar, (1965) menyampaikan bahwa adanya hambatan dalam interaksi sosial yang dilakukan seseorang akan mengurangi arti kebahagiaan dan makna hidup individu. Sehingga individu itu akan merasakan hampa dan *loneliness*. Adanya *social support* yang dimiliki mahasiswa rantau dapat membantu mahasiswa rantau menuju arah transisi dengan sukses.

2.5 Kerangka Konseptual

MAHASISWA RANTAU DI KOTA MAKASSAR



Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual

Keterangan:

- = Variabel Penelitian
- = Variabel yang tidak diteliti
- = Dampak positif social support terhadap *loneliness*
- > = Arah Pengaruh
- - - - -> = Arah panah dampak positif *social support* terhadap *loneliness*

Kerangka konseptual di atas menggambarkan bahwa variabel yang diteliti yaitu *social support* dan *loneliness* pada mahasiswa rantau. Mahasiswa

yang berstatus rantau merupakan individu yang meninggalkan kampung halaman dan keluarganya dengan tujuan untuk menuntut ilmu. Mahasiswa rantau tentunya merasakan dan mengalami perbedaan ketika melakukan perpindahan dari satu daerah ke daerah yang lain seperti kultur budaya, bahasa, kondisi tempat tinggal serta perubahan lingkungan. Mahasiswa rantau dituntut untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru, budaya, bahasa serta membangun relasi yang baru. Mahasiswa yang merantau juga memiliki tanggung jawab yang harus dikerjakan demi menyelesaikan studinya, dan agar dapat pulang kembali di kampung halamannya dengan sarjana sesuai dengan tujuannya. Selain itu, mahasiswa yang berstatus rantau perlu membangun relasi yang baru dengan beradaptasi dengan teman-teman baru di lingkungan kampus, fakultas, dan teman-teman satu prodi. Bukan hanya beradaptasi dalam lingkungan perkampusan namun juga dapat beradaptasi dalam lingkungan rumah atau kos yang ditempatinya. Bukan hanya itu, mahasiswa rantau juga akan mengalami perubahan lingkungan dan juga perlu belajar bahasa atau logat yang mungkin berbeda dengan kampung halamannya. Kondisi tersebut dapat menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa rantau karena adanya tuntutan. Mahasiswa rantau-pun rentan mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru, perlu membangun relasi yang baru, mengalami meninggalkan rumah, orang tua dan keluarga, merasa sendiri, merasakan kekhawatiran akan kegagalan dalam merantau, dan memiliki kecemasan berlebihan.

Kondisi-kondisi tersebut mendeskripsikan fenomena *loneliness* yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan psikologis pada diri mahasiswa. Adanya fenomena *loneliness* yang dialami oleh mahasiswa rantau disebabkan

karena tidak adanya *social support* yang baik sebab *social support* merupakan pondasi yang kokoh dan penunjuk arah kehidupan mahasiswa yang merantau selama jauh dari tempat tinggal aslinya agar tidak adanya masalah-masalah yang muncul selama mahasiswa jauh dari kampung halaman, orang tua, keluarga serta teman-temannya. *Social support* sebagai pondasi yang baik dalam merasakan kenyamanan serta kebahagiaan pada diri sendiri, bermakna secara personal dan memberikan kontribusi terhadap dunia luar sekitar kita, sehingga mampu membuat mahasiswa mencapai arah transisi dengan sukses. *Social support* mampu membuat individu mengembangkan identitas serta mendorong individu dalam hal eksplorasi terlebih lagi dalam masa transisi yang senantiasa memberikan banyak tuntutan yang memicu mahasiswa mengalami *loneliness* sebagai keadaan yang perlu adaptasi dengan lingkungan baru, membangun relasi sosial, perasaan meninggalkan rumah, orang tua dan keluarga, merasa sendirian, perasaan khawatir akan kegagalan dan memiliki kecemasan berlebihan. Sehingga adanya *social support* mampu membuat mahasiswa rantau menghadapi *loneliness* dengan optimal, sehingga mahasiswa rantau menjadi pribadi yang mengetahui dan mengenali identitas diri meskipun merantau, mampu membangun relasi sosial yang baik, mampu mengeksplorasi dirinya dengan optimal, lebih percaya diri, serta memiliki hubungan yang baik dengan orang lain.

2.6 Hipotesis

Berikut hipotesis dari penelitian ini adalah:

Terdapat Pengaruh *Social Support* terhadap Kecenderungan *Loneliness* pada Mahasiswa Rantau di Kota Makassar.